

Министерство просвещения Российской Федерации
Ферганский государственный университет
Кафедра психологии
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт психологии
Фаргона давлат университети
Психология кафедраси
Урал давлат педагогика университети
Психология институти
Ferghana State University
Department of Psychology
Ural State Pedagogical University
Institute of Psychology

ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

**МАТЕРИАЛЫ
МЕЖДУНАРОДНОЙ ЗАОЧНОЙ НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ**

PSIXOLOGIK FAROVONLIK MUAMMOLARI

**МАВЗУСИДАГИ ХАЛҚАРО ИЛМИЙ АНЖУМАН
МАТЕРИАЛЛАРИ**

**PROBLEMS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING
PROCEEDINGS
OF THE INTERNATIONAL ONLINE SCIENTIFIC CONFERENCE**

Фергана – Екатеринбург 2021

Фаргона – Екатеринбург 2021

Ferghana – Ekaterinburg 2021

УЎК / УДК / UDC 159.923
ББК / КБК / LBC Ю953
П86

Рекомендовано Ученым советом федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»
в качестве *научного* издания (Решение № 12 от 26.04.2021)

Отвественные редакторы / Executive Editor

Сергей Анатольевич Водяха / S.A. Vodyakha (Russia)
Юлия Евгеньевна Водяха / Yu.E. Vodyakha (Russia)

П86 Проблемы психологического благополучия : материалы международной научно-практической конференции / Уральский государственный педагогический университет ; Ферганский государственный университет ; ответственные редакторы С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха. – Электрон. дан. – Екатеринбург – Фергана : [б. и.], 2021. – 1 CD-ROM. – Текст : электронный.

The problems of psychological well-being : proceedings of an international online scientific-practical conference / Ural State Pedagogical University ; Ferghana State University ; editors S. A. Vodyakha, Yu. E. Vodyakha. – The electronic data. – Ekaterinburg – Ferghana [w. ed.], 2021. – 1 CD-ROM. – Text : electronic.

Aholining psixologik salomatligi jamiyat farovonligini ta'minlashning muhim omili sifatida : xalqaro onlayn ilmiy-amaliy konferentsiya materiallari / Ural. davlat ped un-t ; Farg. davlat un-t ; ochiq tahrirlangan S. A. Vodyaxa, Yu. E. Vodyakha. – Elektron. dan. – Ekaterinburg – Farg'ona: [b. va.], 2020. – 1 CD-ROM.

ISBN 978-5-7186-1784-9

В сборнике представлены данные научных исследований современных психологов, медиков и философов, посвященных проблеме психологического благополучия. Конференция была проведена силами кафедры психологии Ферганского государственного университета и кафедры общей психологии и конфликтологии Института психологии ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет».

УДК 159.923
ББК Ю953

ISBN 978-5-7186-1784-9

© ФГБОУ ВО «УрГПУ», 2021
© Ферганский государственный университет, 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Водяха С. А. Психологическое благополучие как предиктор совладания с COVID-19.....	8
Мотков О. И. Самореализация, гармоничность и психологическое благополучие личности.....	21
Варданын Ю. В., Широва А. Преодоление подростками чувства вины семейного происхождения как проблема психологической безопасности.....	27
Александрова Л. Ю. Влияние психологического благополучия преподавателя высшей школы на развитие его конкурентоспособности.....	32
Пачколина А. В. Ролевой конфликт работающей женщины: теоретический обзор.....	38
Зеленова М. Е., Лим В. С., Лекалов А. А. Стрессоустойчивость и типологические особенности летчиков.....	46
Леоненко Н. О., Пульцина К. И., Бугелова Т., Чупкова Л. Проявления геронтологического эйджизма в этнокультурных стереотипах на примере словацкой и российской выборки.....	55
Водяха Ю. Е., Багаева Л. А. Особенности представлений о социальной успешности у студентов с разным уровнем интеллекта.....	62
Карпова Э. Б., Жернова А. А. Деятельность волонтеров как ресурс личностного развития.....	73
Филенко И. А., Михеева М. В. Связь эмоционального благополучия подростков с компьютерной зависимостью и особенностями современных образовательных технологий.....	79
Борисова И. В. Взаимосвязь психологического благополучия и копинг-поведения студентов.....	88
Миц В. Д., Панова Т. В. Психологические характеристики наркозависимых.....	93
Жердева Л. А. Связь мотивации достижения успеха с компонентами Я-концепции.....	97
Панкова Д. П. Психологические аспекты качества жизни матерей, находящихся в условиях социальной изоляции (карантина).....	104
Яремчук С. В. Ценности и субъективное благополучие старшеклассников в период пандемии.....	107
Тарасенко М. В., Водяха С. А. Психокоррекция детско-родительских отношений в дисгармоничных семьях.....	113
Рожков Н. Т. Самовоспитание личности как педагогическая проблема.....	123

Нечаева Т. М., Барсов И. А. Ценностные ориентации современных подростков.....	128
Водяха С. А. Опросник «Восприятие студентами родительского контроля».....	133
Власова Е. А., Прохоркина О. П. Взаимосвязь адаптивных способностей и копинг-стратегий у юношей и девушек.....	145
Пятницкая Е. В., Кобелева А. С. Смысложизненные ориентации обучающихся подросткового возраста.....	150
Григорьева А. В., Водяха С. А. Особенности гендерной идентичности женщин с нетрадиционной сексуальной ориентацией.....	155
Пруцкова Е. А., Ярыгина М. П. Социальные сети как вредная привычка XXI века.....	164
Водяха Ю. Е., Крылова С. Г. Психологическое благополучие детей, использующих тачскрин-технологии.....	168
Болаева Г. А., Соколовская И. Э. Исследование взаимосвязи тревожности и психологического благополучия личности на фоне пандемии COVID-19 среди жителей г. Москвы.....	174
Козлова С. Ю., Панова Т. В. Ценностные ориентации личности как внутренний фактор межличностной аттракции.....	179
Орестова В. Р., Золотарева С. Е. Особенности субъективного благополучия женщин, находящихся в партнерских отношениях разного типа.....	184
Жарких Н. Г., Гулякина В. В., Костыря С. С. Коммуникативная компетентность педагогов лицея как ресурс психологического благополучия.....	192
Молокова Е. В., Водяха С. А. Возрастные особенности жизнестойкости креативной личности.....	203
Царева Е. В., Слюняева А. А. Проблемы в межличностном общении со сверстниками как фактор нарушения психологической безопасности подростка.....	218
Погадаева Д. А., Водяха С. А., Лакашия Н. Т. Взаимосвязь интеллекта и личностных качеств студентов.....	224
Андреев П. В., Завгородняя М. А. Роль социального интеллекта в учебной мотивации обучающихся младшего школьного возраста.....	233
Панова Т. В. Психологическое здоровье медицинского работника.....	238
Чурикова Е. И., Комаровская Е. П. Влияние уровня личностной зрелости на профессиональное самоопределение.....	243
Мартюшева А. А. Психологическое благополучие личности в контексте онтологически-антропологической модели целостного человека.....	249

Загумённова А. С., Водяха Ю. Е. Психологическая совместимость молодых супругов.....	261
Рогачева Т. В., Хримичев А. А. Методологические основания понятия «психологическое благополучие» в классической психологии.....	271
Фадеева О. В., Модина Т. Ф. Исследование личностных ресурсов педагогов с разным педагогическим стажем.....	277
Фахриддин А. Ю., Махлиё Б. Ю. Экзистенциальные проблемы изучения одиночества.....	281
Колесников Е. А. Адаптация иностранных студентов первого курса педагогического вуза посредством их вовлечения в выставочную деятельность.....	285
Муминов М. Социальное значение психопрофилактических мер для школьников.....	291
Медведева А. С., Водяха Ю. Е. Психологические особенности женской дружбы.....	297
Зайнобиддинов Ж. Идентификация как фактор профессиональной направленности и психологического благополучия будущего учителя.....	305
Лыгина Е. П., Калачев А. В. Формирование эмоционального благополучия семьи в условиях развития депривации средствами игровой деятельности.....	312
Юлдашева М. Б., Эргашова З. Особенности проявления агрессии в подростковом возрасте.....	318
Пятницкая Е. В., Болотникова Ю. А. Взаимосвязь мышления и внимания в младшем школьном возрасте как аспект психологического благополучия ребенка.....	321
Закирова М. С. Роль узбекских и русских народных сказок в формировании личностных качеств ребенка.....	325
Чиркова В. С., Гайдар К. М. Иррациональные убеждения и эмоциональные схемы у лиц с разным уровнем рефлексивности: теоретический анализ.....	332
Носова А. А., Водяха С. А. Особенности совладания с трудными жизненными ситуациями сотрудников силовых структур.....	338
Гусева Т. С. Развитие связной речи как условие формирования полноценно функционирующей личности у детей с речезыковыми расстройствами.....	345
Шаповал И. А. Значение Я-репрезентаций в дискурсе самоотчуждения.....	350
Зуева А. В., Бердиханова Г. Н., Клычева З. П. Учет эмоционального состояния личности в практике воспитания.....	360

Хойна М. Н., Верна В. В. Влияние благоприятного социально-психологического климата в коллективе на психологическое благополучие сотрудника.....	367
Матвеева С. В., Филиппов А. В. Психологическое благополучие личности в инклюзивной образовательной среде.....	372
Велиева С. В. Проявления компонентов профессионального выгорания у педагогов дошкольного образования с разным стажем работы.....	379
Муминов М. Психологическая связь формирования идеологического иммунитета.....	385
Шмалько Ю. В., Рудакова О. А. Экзистенциальные мотивы в англоязычном песенном дискурсе.....	390
Гумирова Г. Ф. Эмоциональное благополучие матерей-одиночек.....	396
Колесников Е. А. Нравственные показатели и психологические аспекты воспитания личности обучающихся...	402
Талипова О. А., Юнусова Л. М. Психологическое благополучие педагогов в период пандемии.....	408
Семенова Т. Н. Смысложизненные и ценностные ориентации женщин с инвалидностью как фактор их профессиональной самореализации.....	414
Нарзуллаева Д. Б., Бобокалонов Р. Р. Психологическое обеспечение профессионального благополучия сотрудников.....	419
Гринь М. А., Калашникова О. В. Особенности адаптации семей мигрантов в Российской Федерации.....	425
Рупасова Я. Е. Проблема экзистенциального выбора студентов бакалавриата в условиях цифровизации образовательного процесса.....	433
Воробьева О. М. Проблема развития психологической безопасности сотрудников полиции.....	438
Панькова А. М. Потребности человека в условиях коронавирусной пандемии.....	445
Раджабов О. Х., Усаров Д. Т. Асимметрия полушария головного мозга и взаимодействие сигнальности.....	459
Тимошкина Н. А. Роль семьи и школы в развитии речи детей с особыми возможностями здоровья в процессе их социализации.....	463
Гавриловчук Е. А. Психологическое благополучие обучающихся в условиях пандемии и карантина.....	468
Шубина А. С., Тимофеева О. В. Связь стратегий конфликтного поведения с эмпатией и рефлексией у студентов ВУЦ ВГУ.....	475
Талипова О. А., Коткова А. О. Психологическое благополучие учащихся с ОВЗ в условиях инклюзивного образования.....	481

Фадеева О. В., Кручинкина В. И. Особенности самоотношения учителей начальных классов.....	487
Максимова Л. А., Хафизова Т. А. Психолого-педагогическая программа снижения уровня тревожности учащихся в условиях дистанционного взаимодействия.....	491
Новикова О. В. Проект «Образ психологически благополучного педагога глазами студента» как средство формирования позитивного отношения к будущей деятельности.....	498
Ягодина А. А., Костюк А. В., Пасат Е. А. Изучение некоторых психологических особенностей семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра.....	503

Водяха Сергей Анатольевич,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия; svodyakha@yandex.ru

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК ПРЕДИКТОР СОВЛАДАНИЯ С COVID-19

Аннотация. В данной статье рассматриваются экспериментальные данные о взаимосвязи показателей жизнестойкости и психологического благополучия личности со стилями совладания с COVID-19. Автор выявил что студенты, ориентированные на эмоциональные копинг-стратегии, склонны не рисковать, опираясь на привычные и надежные решения, повышая значимость референтных лиц и снижая уверенность в собственной позитивной самореализации. Рациональные стратегии совладания связаны с высокой жизнестойкостью, вовлеченностью, контролем жизненных обстоятельств и усилению коммуникативной активности с компетентными лицами.

Ключевые слова: жизнестойкость личности; совладающее поведение; психологическое благополучие; COVID-19; пандемия; коронавирус; эпидемии.

Vodyakha Sergey Anatolyevich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AS A PREDICTOR OF COPING WITH COVID-19

Abstract. This article examines experimental data on the relationship of indicators of resilience and psychological well-being of the individual with coping styles with COVID-19. The author revealed that students focused on emotional coping strategies tend not to take risks, relying on familiar and reliable solutions, increasing the importance of reference persons and reducing confidence in their own positive self-realization. Rational coping strategies are associated with high resilience, engagement, control of life circumstances and increased communication activity with competent persons.

Keywords: the vitality of the individual; coping behavior; psychological well-being; COVID-19; pandemic; coronavirus; epidemics.

Влияние пандемии на психологическое благополучие населения очень велико. Данные Управления национальной статистики Великобритании показывают, что около 72% людей в Великобритании в настоящее время обеспокоены влиянием COVID-19 на их жизнь, при этом многие сообщают о повышении уровня тревожности (32%), понижении субъективного благополучия (43%) и возрастании страха одиночества (23%) (ONS; 2020).

В недавнем исследовании, проведенном в Китае, например, половина респондентов оценили психологическое воздействие COVID-19 как умеренное или тяжелое, и примерно одна треть сообщила об умеренном или тяжелом уровне тревожности в течение первых двух недель пандемии [8]. Аналогичные результаты были получены в Италии, Испании и других стран [3; 6].

Исследования, отслеживающие долгосрочные последствия предыдущих пандемий коронавируса (таких как тяжелый острый респираторный синдром [SARS] в 2002 году), показывают, что такие психологические проблемы как, посттравматическое стрессовое расстройство, депрессия, тревога, стресс и ухудшение качества жизни, могут сохраняться в течение нескольких месяцев и даже лет после вспышки, особенно для тех, кто заразился вирусом или напрямую подвергается воздействию вируса из-за своей профессиональной деятельности [1; 4; 5].

С. Брукс со своими коллегами пришла к заключению, что, что меры, принятые для смягчения распространения вируса (карантин и социальная изоляция), также могут способствовать длительному психологическому стрессу, повышению уровня депрессии, стресса, раздражительности и симптомов посттравматического стресса [2].

Поэтому для современных психологов является важной задачей, выявление предикторов психологического здоровья в пандемической ситуации. Понимание этих процессов имеет значение для того, как можно помочь людям справиться с текущей пандемией, и какие интервенции предпринять в ближайшие месяцы, для предотвращения перерастания возникающих психологических проблем в серьезные долгосрочные психические расстройства.

Поэтому в настоящее время особо актуальным становится исследование психологического благополучия и жизнестойкости, способствующих формированию навыков распознавать ситуативные требования и адаптироваться к ним, в стремлении исходя из личностно значимых долгосрочных целей. В широком диапазоне групп населения и представлений психологическое благополучие неизменно ассоциировалась со снижением стресса, тревожности, депрессии и повышением субъективного благополучия (Francis, Dawson & Golijani-Moghaddam, 2016; McCracken & Morley, 2014; Tyndall et al., 2020).

Психологическое благополучие может смягчить неблагоприятное влияние недавних жизненных стрессоров на психологическое здоровье (Fonseca, Trindade, Mendes & Ferreira, 2020; Gloster, Meyer & Lieb, 2017). Низкий уровень психологического благополучия, связан со склонностью к использованию избегающих стратегий совладания, таких как отвлечение, отстранение или употребление психоактивных веществ, которые могут стать дисфункциональными (Karekla & Panayiotou, 2011; Nielsen et al., 2016). Психологическое благополучие и жизнестойкость таким образом, должны стать важными предикторами стратегий совладания с воздействием пандемии сейчас и в будущем (Nielsen et al., 2016).

На основании вышеизложенного можно предположить, что разные стили совладания с Ковидом коррелируют с психологическим благополучием и жизнестойкостью.

Методология исследования. В исследовании принимало участие 169 студентов УрГПУ г. Екатеринбурга возрасте от 17 до 38 лет. Отобранные в выборку респонденты проживают в разных частях УрФО, чтобы обеспечить репрезентативную выборку. Выборка была случайной и стратифицированной в зависимости от пола и возраста. Возраст респондентов варьировался от 17 до 38 лет, средний возраст – 23,6 лет ($SD=.51$). Данные собирались с сентября по декабрь 2020 года. Анкеты были заполнены на добровольной основе респондентами в онлайн.

В исследовании были использованы следующие методики.

1. Тест жизнестойкости» в адаптации Д. А. Леонтьева.
2. Опросник совладания с Ковидом (ОСК) (С. А. Водяха).
3. Опросник психологического благополучия (С. А. Водяха).
4. Линейный коэффициент корреляции Пирсона.

Показатели совладания с ковидом были скоррелированы с показателями психологического благополучия и жизнестойкости.

Результаты исследования.

Таблица 1

Корреляция показателей жизнестойкости и стилей совладания с Ковидом

Параметры	Рациональное совладание	Эмоциональное совладание
Жизнестойкость	0,349**	-0,361**
Вовлеченность	0,426**	-0,0429*
Контроль	0,524**	-0,1572
Принятие риска	-0,1018	-0,636*

Примечание: «*» - $p < 0,05$, «**» - $p < 0,01$

На основе таблицы 1 можно заключить, что рациональное совладание с Ковидом имеет положительные связи с большинством шкал жизнестойкости.

Интегральный показатель жизнестойкости положительно связан с рациональным совладанием с Ковидом (0,349) и отрицательно с эмоциональным (-0,361). На основе этого можно заключить, что студенты, обладающие такой рационализированной системой убеждений о себе, мире, основанной на естественно-научной точке зрения, позволяющей им выдерживать и более эффективно преодолевать стрессовые ситуации в сравнении с их более эмоциональными сверстниками. Вероятно, рациональные копинговые стратегии позволяют людям выдвигать оригинальные гипотезы, предлагать более взвешенные решения ситуации, оказываются повышая их стрессоустойчивость в кризисных ситуациях. Они используют больше источников информации о характере и причинах распространения пандемии, обладая более широкими взглядами на происходящие события, рассматривая не только традиционные решения, связанные с интенсивными эмоциональными переживаниями. Поэтому они находят возможности

там, где люди, более склонные к паническим атакам, не видят выхода и оказываются подвержены большему стрессу.

Эмоциональное реагирование на ковид-ситуацию, исключая интенсивную рациональную переработку информации, снижает жизнестойкость и, возможно, повышает риск заражения опасной инфекцией.

Анализ таблицы позволяет заключить, что студенты с рациональным совладанием проявляют высокую вовлеченность (коэффициент корреляции равен 0,426 при уровне значимости не менее 0,003). В то же время аналогичная корреляция между эмоциональным копингом и вовлеченностью не обнаружена. Таким образом, рациональные студенты чаще получают удовольствие от собственной деятельности, ощущая интенсивную личную вовлеченность в происходящее, воспринимая окружающий мир в качестве пространства, представляющего возможности для их саморазвития.

Эмоциональные студенты более склонны к тому, чтобы переживать чувство отвергнутости, находясь в состоянии экзистенциальной маргинальности, поскольку они меньше вовлечены в собственную жизнедеятельность.

Рациональные люди чаще способны управлять потоком чувственной информации, что позволяет ощущать себя автором собственной жизни, способным творить и выстраивать стратегию жизни, соответствующую собственному сценарию. В тоже время, большая включенность в ситуацию рациональных студентов позволяет им повысить активность в достижении цели разрешения проблемной ситуации, при отвлечении от обстоятельств, препятствующих достижению профилактических и санитарно-гигиенических мероприятий.

Студенты, склонные к рациональным стратегиям совладания с переживаниями, связанными с пандемией, демонстрируют высокий уровень контроля своей жизни (коэффициент корреляции равен 0,524 при уровне значимости не менее 0,002). Для их эмоциональных сверстников контроль неважен, потому что они обладают низкой интернальностью в объяснении неудач. Это дает основание полагать, что рациональные студенты более уверены в том, что способны повлиять на результат происходящего, им в большей степени присуще ощущение контроля и того, что их выбор действий и путей самореализации является более свободным и осознанным, что обеспечивает более эффективное сопротивление уязвимости личности. Эмоциональные студенты более склонны переживать переждать ситуацию, ориентируясь на удачу или другой исход, имеющий внешний источник, не зависящий от воли человека.

Показатели, представленные в таблице, явственно демонстрируют, что студенты с эмоциональным совладанием отличаются низким уровнем по такому компоненту жизнестойкости как принятие риска (коэффициент корреляции равен -0,636 при уровне значимости не менее 0,001). У рациональных их сверстников данный показатель статистически не значим. Это

означает, что эмоциональные студенты не способны видеть позитивный потенциал негативного опыта, извлекая из него необходимый опыт и поэтому пандемическая угроза будет активировать первичные защитные механизмы. Они не готовы действовать при отсутствии надёжных гарантий успеха и рисковать. Эмоциональность реагирования на неявную угрозу заставляет студентов избегать риска, ориентируясь на примитивизированные образцы поведения. Студенты-эмотивисты прибегают либо к аутистическому фантазированию по поводу оптимистического или эсхатологического сценария выхода из пандемии, либо острота проблемы отрицается, вплоть до ковид-диссидентства, либо преувеличения своей значимости при совладании с инфекцией (личностный конструкт британцев: у нас самая лучшая медицина в мире, поэтому нам ничего не грозит). Избегание риска приводит к конформной ориентации на шаблонные образцы поведения.

Таблица 2

*Корреляция показателей психологического благополучия
и стилей совладания с Ковидом*

Параметры	Положительные эмоции	Мотивационная вовлеченность	Положительные отношения	Осмысленность жизни	Позитивная самореализация
Эмоциональное совладание	-0,236	0,423*	0,564**	0,531**	-0,33**
Рациональное совладание	0,063	0,452**	0,335*	0,27	-0,02

Примечание: «*» – $p < 0,05$, «**» – $p < 0,01$

На основе анализа таблицы 2, можно отметить, что положительная эмоциональность личности в целом не связана со стилем совладания с переживаниями по поводу угрозы, вызванной инфекцией.

В тоже время стоит отметить, что в независимости от преимущественного стиля совладания с коронавирусом студенты проявляют интенсивную мотивационную вовлеченность в поисках наиболее оптимальной стратегии совладания с опасной ситуацией (коэффициент корреляции рационалистов равен 0,423 при уровне значимости не менее 0,02, коэффициент корреляции эмотивистов равен 0,452 при уровне значимости не менее 0,004).

Таким образом, молодые люди интенсивно вовлечены в проблему поиска информации, относительно эпидемической ситуации в регионе их проживания и мире в целом. Мотивационный поток студентов различается направленностью. Рационально-ориентированные направлены на поиск научно достоверных, логически аргументированных и эмпирически апроби-

рованных способов преодоления опасной ситуации для того, чтобы сделать изменившийся мир предсказуемым и доступным для концептуализации.

Студенты, ориентированные на эмоциональное переживание критической ситуации, склонны преодолевать трудные ситуации, активизируя социальные контакты, как непосредственные, так и в социальных сетях (коэффициент корреляции равен 0,564 при уровне значимости не менее 0,001). В тоже время рационалисты менее склонны удовлетворяться простым сочувствием или манипуляциями имиджем, ориентируясь на внутренний стандарт, обращаясь чаще всего к наиболее компетентным в решении пандемической ситуации лицам, независимо от степени референтности личности.

Важным элементов хорошего самочувствия студента, полагающегося на эмоции в процессе преодоления страха заражения является экзистенциальная тревога, порождающая вопросы, касающиеся экзистенциальной наполненности существования человека (коэффициент корреляции равен 0,531 при уровне значимости не менее 0,004). Напротив, для рациональных людей, разгул пандемии не является неким испытанием на прочность, они просчитывают возможные риски, не рефлексируя по поводу последствий для близких и человечества в целом его возможной смерти. Эмотивисты довольно часто начинают размышлять над тем, насколько ценным было их существование и почему они не всегда жили подлинной жизнью. Эмотивисты могут устроить бунт против карантинных мер, считая их конформистскими происками властных структур. Также эмоционально воспаленное возмущение может усмотреть в пандемии эсхатологические мотивы: небесной кары или возмездия планеты за издевательства над ней.

Также отличие рационалистов состоит в том, что преодоление эпидемической угрозы, не влечет за собой сомнений в собственной состоятельности и возможности позитивной самореализации. Студенты, испытывающие трепет или ужас в ситуации массового инфекционного заражения снижают уверенность в позитивном исходе ситуации, начиная приписывать причины даже бытовых неудач воздействию вездесущего коронавируса. Об этом свидетельствует значимая отрицательная корреляция между позитивной самореализацией и эмоциональным стилем совладания с Ковидом (коэффициент корреляции равен -0,33 при уровне значимости не менее 0,003). Таким образом, для некоторой части нашего общества длительный карантин и опасность заражения служит оправданием снижением уровня притязаний и достижений.

Выводы. Проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что рациональный стиль совладания с ковидом, является более оптимальным для поддержания психологического благополучия и актуализацией ресурсов совладания в виде жизнестойкости.

Список литературы

1. Bonanno, G. A. Psychological resilience and dysfunction among hospitalized survivors of the SARS epidemic in Hong Kong: a latent class approach / G. A. Bonanno, S. M. Ho, J. C. Chan et al. // Health Psychology. – 2008. – № 27 (5). – P. 659.
2. Brooks, S. K. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence / S. K. Brooks, R. K. Webster, L. E. Smith et al. // The Lancet. – 2020.
3. González-Sanguino, C. Mental Health Consequences during the Initial Stage of the 2020 Coronavirus Pandemic (COVID-19) in Spain / C. González-Sanguino, B. Ausín, M. ÁngelCastellanos et al. // Brain, Behavior, and Immunity. – 2020.
4. Kwek, S.-K. Quality of life and psychological status in survivors of severe acute respiratory syndrome at 3 months postdischarge / S.-K. Kwek, W.-M. Chew, K.-C. Ong et al. // S. Journal of psychosomatic research. – 2006. – № 60 (5). – P. 513-519.
5. Liu, X. Depression after exposure to stressful events: lessons learned from the severe acute respiratory syndrome epidemic / X. Liu, M. Kakade, C. J. Fuller et al. // Comprehensive psychiatry. – 2012. – № 53 (1). – P. 15-23.
6. Ozamiz-Etxebarria, N. Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain / N. Ozamiz-Etxebarria, M. Dosil-Santamaria, M. Picaza-Gorrochategui, N. Idoiaga Mondragon // Cadernos de Saúde Pública. – 2020. – № 36. – e00054020.
7. Rajkumar, R. P. COVID-19 and mental health: A review of the existing literature / R. P. Rajkumar // Asian journal of psychiatry. – 2020. – 102066.
8. Wang, C. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China / C. Wang, R. Pan, X. Wan et al. // International journal of environmental research and public health. – 2020. – № 17 (5). – P. 1729.

Приложение 1

Опросник совладания с КОВИДом (ОСК)

ФИО

Группа

Возраст

Инструкция: определите степень своего согласия с утверждениями по следующей шкале

Никогда – 0

Крайне редко – 1

Редко – 2

Часто – 3

Очень часто – 4

Всегда – 5

	Переживая период массовой эпидемии...								
1	Я слушаю экспертов и слеую их советам.								
2	Я стал более осторожен в контактах.								
3	Я стараюсь быть более осторожным.								
4	Я на тщательно планирую свои контакты с незнакомыми людьми, если они неизбежны.								
5	Я сосредоточен на том, что буду делать дальше.								

6	Я разговариваю с другими людьми, чтобы узнать больше об эпидемической ситуации.								
7	Я знаю, как защитить себя и моих близких, и стараюсь делать все для этого.								
8	Я существенно изменил свою жизнь, чтобы лучше справляться с возможной болезнью.								
9	Я часто думаю о пандемии и пытаюсь понять правильно ли себя веду.								
10	Я анализирую поведение людей, переживших другие вирусные инфекции.								
	Сумма баллов								
11	Человеку в этой ситуации больше нечего делать, кроме как ждать, чем все закончится.								
12	Я занимаюсь своей работой (учебой) или чем-то другим, чтобы отвлечься от переживания угрозы.								
13	Я представляю, чем все это может закончиться для меня.								
14	Я внушаю себе, что все хорошо, и это улучшает мое настроение								
15	Я подчиняюсь своей судьбе, надеюсь, что проне-сет.								
16	Я говорю себе, что все как-нибудь собой все раз-решиться.								
17	Я совершаю поступки, которые, вероятно, беспо-лезны, но я чувствую, что мне легче.								
18	Хотел бы я изменить свои переживания и чув-ства.								
19	Надеюсь на чудо.								
20	Я пытаюсь улучшить свое самочувствие с помо-щью еды, питья, курения или приема лекарств.								
	Сумма баллов								

Обработка.

Высокий уровень – 32 балла и выше.

Низкий уровень – 14 и ниже.

Вопросы с 1 по 10 измеряют уровень рационального совладания с переживаниями, связанными с возможным или реальным заражением инфекционным заболеванием, выражающемся во взвешенном подходе к самоорганизации собственного поведения и склонности к рационализации внешних контактов.

Вопросы с 1 по 10 измеряют уровень выраженности эмоциональных способов совладания с переживаниями, связанными с возможным или реальным заражением инфекционным заболеванием, выражающемся в отказе от рационального анализа угрожающей ситуации, склонности снимать ответственность за последствия.

Приложение 2

Опросник психологического благополучия

Утверждения	Никогда	Крайне редко	Редко	Часто	Очень часто	Всегда
1. Меня считают веселым человеком						
2. Я чувствую себя способным в своем любимом деле						
3. Окружающие люди поддерживают меня						+
4. Моя жизнь имеет высший смысл					+	
5. Я достигаю своих целей, потому что отличаюсь упорством.						
6. Я испытываю удовольствие						
7. Любимое дело полностью меня поглощает						
8. Большинство людей меня уважают						
9. Моя жизнь соответствует моим убеждениям						
10. Я прилагаю максимум усилий для достижения своих целей						
11. Я вызываю у окружающих положительные эмоции						
12. Когда я занимаюсь интересным делом, я полностью сосредоточен на нем						
13. У меня есть надежные друзья						
14. Я целеустремленный человек						
15. Я отличаюсь высокой работоспособностью						
16. Даже в самых трудных ситуациях я не паникую						
17. Часто я занимаюсь чем-либо, чтобы получить не результат деятельности, а удовольствие от ее процесса.						
18. Я без труда завязываю новые знакомства						

19. Мне кажется, что я иду по жизни в правильном направлении						
20. Я испытываю чувство выполненного долга						
21. Я практически всегда могу найти время для любимого занятия						
22. Большая часть моей жизни занята чем-то интересным						
23. С большинством людей у меня теплые отношения						
24. Я понимаю, зачем я существую						
25. Чувство долга не позволяет мне прекратить деятельность, не завершив ее						
26. Я могу дарить радость другим						
27. Люблю учиться чему-то новому						
28. Я не устаю от людей						
29. Мои ценности достаточно стабильны						
30. Я справляюсь с проблемами, мешающими моей самореализации						
31. У меня хорошее настроение						
32. Я постоянно занимаюсь чем-то интересным						
33. Большинство моих знакомых – приятные люди						
34. Прежде чем что-то делать, я должен знать смысл действия						
35. Я чувствую свое превосходство						
36. Я доволен своей жизнью						
37. У меня есть страстное увлечение						
38. Мне нравятся добрые люди больше, чем деловые						
39. Моя жизнь соответствует моим убеждениям						

40. Я стремлюсь к высоким достижениям						
41. Я чувствую радость						
42. Мне сложно отложить деятельность, которая меня заинтересовала						
43. Большинство окружающих меня людей поддерживают меня						
44. Я хорошо осознаю свои цели и намерения						
45. В любимом деле я стремлюсь к победе						
46. Я искренне наслаждаюсь своей жизнью						
47. Я часто настолько погружаюсь в деятельность, что забываю о времени						
48. Мои близкие меня любят						
49. Я знаю свое предназначение						
50. Я всегда надеюсь быть в числе лучших						
51. Стараюсь поднять настроение других						
52. Меня упрекают, что я слишком глубоко погружаюсь в деятельность						
53. У меня есть близкие люди, с которыми можно поделиться проблемами						
54. Я часто думаю о смысле жизни						
55. Я привык вызывать восхищение своими достижениями						
56. Мне нравится моя жизнь						
57. Мне доставляют удовольствие мои любимые занятия						
58. Я общительный человек						
59. Я знаю как нужно жить						
60. Я уважаю тех людей, которые имеют реальные заслуги						

61. Я приятный человек						
62. Я погружен в свои мысли						
63. Я умею улаживать конфликты						
64. У меня четкие взгляды на жизнь						
65. Человек должен максимально реализовать свои способности						
66. Я живу хорошей жизнью						
67. Мои фантазии могут казаться настоящей жизнью						
68. Я могу нормально общаться с любым человеком						
69. Я знаю, что будет в будущем со мной						
70. Я стараюсь заниматься тем, в чем мое первенство неоспоримо						

Опросник психологического благополучия. Бланк

ФИО

Группа Возраст

Инструкция: определите степень своего согласия с утверждениями по следующей шкале

Никогда – 0

Крайне редко – 1

Редко – 2

Часто – 3

Очень часто – 4

Всегда – 5

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40
41	42	43	44	45
46	47	48	49	50
51	52	53	54	55
56	57	58	59	60
61	62	63	64	65
66	67	68	69	70

Подсчитать сумму по каждой колонке.

1. Колонка – Позитивные эмоции – преобладание позитивной эмоциональности над негативной.

2. Колонка – Мотивационная вовлеченность – степень включенности сознания в жизнедеятельность, заинтересованности в разрешении познавательных задач, любознательности и страстной активности в той деятельности, в которой учащийся компетентен.

3. Колонка – Личностный смысл – знание порядка, последовательности и цели своего существования, стремление и достижение достойных целей, а также чувство удовлетворения, сопровождающее рефлексию жизненного пути.

4. Колонка – Позитивные межличностные отношения – система межличностных взаимодействий, основанных на механизмах аттракции, подкрепляемых положительными эмоциями и удовлетворенностью отношениями.

5. Колонка – Позитивная самореализация – чувство удовлетворения, уверенность в своей компетентности и состоятельности.

Обработка.

Низкий уровень – 25 баллов и ниже.

Высокий уровень – 45 баллов и выше

Мотков Олег Иванович,

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, доцент, Институт психологии им. Л.С. Выготского, Российский государственный гуманитарный университет, г. Москва, Россия; oleg1748@yandex.ru

САМОРЕАЛИЗАЦИЯ, ГАРМОНИЧНОСТЬ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. Рассматриваются экспериментальные данные о взаимосвязи показателей самореализации, интегральной гармоничности и общего психологического благополучия личности. Эти характеристики личности тесно связаны между собой, так как многие из их частных показателей выражают субъектную активность личности. При низкой жизненной самореализации человек будет переживать меньшую внутреннюю гармонию и неблагополучие. Приведены примеры успешной самореализации у людей, занимающихся оздоровительными практиками. Повышению самореализации, гармонизации и переживания психологического благополучия личности способствуют высокая субъектная активность и регулярная гармонизирующая практика.

Ключевые слова: самореализация личности; гармоничность личности; психологическое благополучие; субъектная активность.

Motkov Oleg Ivanovich,

Candidate of Psychology, Senior Researcher, Associate Professor, Vygotsky Institute of Psychology, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia

SELF-REALIZATION, HARMONY AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PERSONALITY

Abstract. Experimental data on the relationship of indicators of self-realization, integral harmony and general psychological well-being of the individual are considered. These personality characteristics are closely related. With low life self-realization, a person will experience less inner harmony and unhappiness. Examples of successful self-realization in people engaged in health practices are given. High subjective activity and regular health-improving practice contribute to the improvement of self-realization, harmonization and experience of psychological well-being of personality.

Keywords: self-realization of personality; harmony of personality; psychological well-being; subjective activity.

Главные задачи данного исследования заключались в следующем: а) определить, как связаны между собой важнейшие характеристики личности – ее самореализация, общая гармоничность и психологическое благополучие; б) найти эффективные пути самоорганизации личности и жизни, которые способствуют высокой выраженности этих качеств. Такого рода исследования еще не проводились в российской психологии личности.

Жизненная самореализация (ЖСР) – это показатель успешности осуществления целей и планов, создания творческих образов и идей, удовлетворенности своими успехами и достижениями. ЖСР – сильное проявление

ние развития личности, действия изначальных потребностей в компетентности, в личностном росте, в близких связях с людьми и в гармоничной жизни. Если она есть в виде достижений в важных для личности сферах жизнедеятельности, то человек переживает удовлетворенность жизнью, свою эффективность, веру в себя, у него повышается общая самооценка. Это «держит» его в жизни, несмотря на отдельные неудачи, помогает жить с надеждой на лучшее, преодолевать трудности [4, с. 53].

Интегральная гармоничность личности (ИГЛ) – обобщенный показатель степени оптимальности проявления важных частных характеристик личности: ценностей гармонии личности, духовных ценностей, оптимальности образа жизни, саморегуляции эмоций и действий, конструктивности общения, самогармонизации, умеренности силы желаний и достижений, самостоятельности, удовлетворенности жизнью и отношениями с людьми, жизненного самоопределения, жизненной самореализации, позитивности самооценки. Все эти показатели содержатся в тесте автора «Интегральная гармоничность личности» ИГЛ-3 [4, с. 50-54].

Общее психологическое благополучие (ОПБ) – обобщенный показатель чувства хорошо протекающей полноценной жизни, состоит из 6 частных переменных: автономия, контроль среды – компетентность, личностный рост, позитивность отношений, цель в жизни, самопринятие. Этот теоретический конструкт был предложен К. Рифф, построен в большей мере на основе теории самодетерминации Э. Диси и Р. Райана и подхода к личности К. Роджерса [7]. Операционализирован в виде теста «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф (адаптация в России П. П. Фесенко и Т. Д. Швеленковой [6]).

В исследованиях студентов, выполненных в течение нескольких лет под моим руководством, была определена величина связи между обобщенным показателем *Интегральной гармоничности личности* ИГЛ (тест ИГЛ-3) и частной переменной этой методики *Жизненная самореализация* ЖСР. В группе испытуемых 517 чел. обоего пола, 15-88 лет, с различным уровнем образования из разных регионов России их корреляция: r Спирмен=0,686; $p=0,0000$. Мы видим очень высокую прямую связь между этими параметрами личности. Чем выше оценка своей самореализации, тем выше оценка общей гармоничности. Высокая самореализация является одним из важных показателей гармонии личности [4, с. 54-55].

Как и предполагалось, корреляция данных по показателю *Интегральной гармоничности личности* ИГЛ (тест ИГЛ-2, О. И. Мотков) с данными по переменной *Общее психологическое благополучие* ОПБ (тест «Шкалы психологического благополучия» ШПБ, К. Рифф) оказалась также прямой и высокой: $r=0,689$; $p=0,000$ [2] (91 чел. обоего пола, 19-42 лет, с разным образованием). Чем выше респонденты оценивали гармоничность своей личности, тем выше была и оценка ими переживания психологического

благополучия. Таким образом, эти две обобщенные характеристики личности близки по своему содержанию, хотя их частные показатели различны.

Качественный анализ частных переменных двух тестов показывает, что наш взгляд на гармонию личности, и теоретический конструкт К. Рифф опираются на общий гуманистический подход к личности, на понимание важной роли *самостоятельной субъектной активности* в обеспечении оптимальной организации жизни, ее гармоничности и психологического благополучия. Так, в тесте Рифф к субъектным показателям активности личности относятся две трети отдельных шкал: Автономия, Контроль над окружающей средой (компетентность), Личностный рост, Цель в жизни. В тесте ИГЛ-2 (в отличие от теста ИГЛ-3 в нем нет шкалы Лжи) субъектными показателями являются следующие: Саморегуляция, оптимальность Образа жизни, Конструктивность общения, Самогармонизация, Самостоятельность, Жизненное самоопределение, Жизненная самореализация, Позитивность самооценки. Это также две трети от общего числа шкал теста ИГЛ-2. Таким образом, проявления скрытого от прямого взгляда суперфактора Субъектной активности личности преимущественно представлены в обоих тестах, что может обуславливать высокую тесноту статистической связи между ними.

Но есть и различие в наших подходах. В тесте К. Рифф не учитывается степень оптимальности выраженности частных и общего показателей. А ведь чрезмерно высокая оценка своего благополучия может быть сигналом не подлинно высокого уровня переживания благополучия, а скорее свидетельством явно завышенной самооценки или стремления показать себя в лучшем свете. Мои исследования диапазона *оптимальной* выраженности качеств гармоничной личности привели к выводу, что оптимальной степенью их проявления является *высокая* (примерно 4 балла по 5-балльной шкале ответов), но не очень высокая, не максимальная [4, с. 41-44]. И у гармоничной личности всегда есть небольшая доля дисгармонии: не все ее цели и переживания всегда умеренны, не все задачи реализуются на сто процентов, иногда она переживает негативные эмоции, принимает ошибочные решения. Но в целом такая личность поддерживает преимущественно положительный баланс своих эмоций, чаще проявляет умеренность в желаниях и действиях, успешно осуществляет большинство поставленных целей.

Можно заключить, что оба рассматриваемых теста ИГЛ-3 и ШПБ дополняют, но не заменяют друг друга. Полезно их совместное применение в исследованиях гармоничности и психологического благополучия личности.

В работе О. В. Косаревой была определена и связь частных показателей теста ИГЛ-2 с переменной ОПБ теста К. Рифф. Обнаружены высокие позитивные связи всех показателей ИГЛ-2 (кроме переменной Умеренность) с данными по Общему психологическому благополучию: все на уровне значимости $p=0,000$ [4, с. 58]. Интересно, что наиболее высокие корреляции с ОПБ дали именно субъектные показатели: Самостоятельность, Самогармо-

низация, Саморегуляция, Жизненная самореализация, Позитивность самооценки и др. Важно, что с показателем *ОПБ* тесно положительно связана переменная ЖСР – Жизненная самореализация: $r=0,521$; $p=0,000$ ([2] – 91 чел.). Чем выше ЖСР, тем выше переживание психологического благополучия. Таким образом, самореализация является важной необходимой составляющей и, повидимому, одновременно предпосылкой как психологического благополучия, так и гармоничности личности.

Наши данные 10-летних исследований показывают настораживающий факт: показатель жизненной самореализации ЖСР является самым низким среди 12 частных переменных теста ИГЛ-3 как у молодых, так и у зрелых по возрасту респондентов, у мужчин и женщин (данные до пандемии, 1694 исп-ых). Так, у студентов ЖСР равна 3,16 балла (оценка по 5-балльной шкале), у старших групп – 3,30 б. Недовольство самореализацией – сегодня одна из важных психологических проблем у большинства жителей России любого возраста и пола. Значимыми сферами самореализации являются работа и образование, отношения с противоположным полом и друзьями, хобби, творчество, семья и дети, спорт, занятия на природе. Возможно, что такие самооценки своей самореализации связаны с повышенными ожиданиями и притязаниями. Однако в современных социально-экономических условиях и в психологической атмосфере падения моральных ценностей осуществление многих ожиданий и планов оказывается несбыточной мечтой. Это приводит к переживанию краха надежд на нахождение хорошей работы, на любовь и построение семьи, на способность изменить себя, свои вредные привычки и слабости, надежд на занятие любимым делом и т. п.

Поэтому сегодня важным направлением оказания психологической помощи людям является помощь в их самореализации и гармонизации. Данные показывают, что организовать полноценную гармоничную жизнь и самореализацию можно в любом возрасте и в любом физическом состоянии. Так, интегральная гармоничность личности оказалась самой высокой у группы пожилых ветеранов труда обоего пола г. Серпухова ([4, с. 80-81] – работа К. В. Мартаковой, 2013: 138 испытуемых 15-88 лет обоего пола, из них 23 ветерана труда, 61-88 лет). ИГЛ у них достоверно выше, чем у старшеклассников ($p=0,039$) и чем у зрелых 31-60 лет ($p=0,0001$). Ветераны регулярно посещали Дом ветеранов, где общались, танцевали, занимались физкультурой, с ними работали психологи. Они реализовали себя в труде, в общении, в поддержании физической формы и в саморегуляции своих эмоций. Отметим, что достижение успехов и гармонии в первую очередь связано с собственными усилиями человека по построению оптимальных ценностных ориентаций и образа жизни. Самореализация и гармонизация личности должны *продолжаться всю жизнь*.

Также было показано, что оценка своей ЖСР у инвалидов-фехтовальщиков паралимпийцев достоверно выше, чем у обычной груп-

пы людей того же возраста: $p=0,04$. Выше у них и ИГЛ. Таким образом, сильное стремление к компенсации физических недостатков и высокая самореализация в спорте на международном уровне способствуют переживанию инвалидами большей самореализации и личностной гармонии, чем у обычных людей [5].

В других научных работах студентов были показаны некоторые эффективные самостоятельные пути повышения гармоничности личности и образа жизни, удовлетворенности жизнью и оценок своей самореализации. Люди, регулярно занимающиеся оздоровительными практиками (цигун, йогой, медитацией, упражнениями по системе М. С. Норбекова, даосскими техниками, буддистскими медитациями), показывают по тесту ИГЛ-3 и другим методикам достоверно более высокие оценки гармоничности личности, оптимальности образа жизни, удовлетворенности жизнью, самореализации, чем не практикующие [4, с. 84-86; 5] (И. И. Безикова, Н. И. Семенов, А. С. Новикова, Е. С. Герасимчук). Исследования в компаниях Google, General Mills, Intel, Aetna, и др. показали, что занятия йогой, дыхательными упражнениями, медитацией и т. п. проясняют сознание и мышление, укрепляют здоровье и отношения, снижают АД, укрепляют иммунную систему, снижают на 30% уровень стресса у сотрудников [1, с. 69-79].

Выводы.

1. Данные исследований позволяют заключить, что успешная жизненная самореализация является существенной характеристикой и необходимой предпосылкой переживания психологического благополучия и гармоничности личности у людей разного возраста и пола.

2. Сегодня в России достижение эффективной самореализации является серьезной проблемой для многих людей.

3. Самореализации, переживанию психологического благополучия и душевной гармонии способствуют высокая самостоятельная субъектная активность, регулярные занятия оздоровительными практиками, социально-психологическая помощь людям особых групп.

Список литературы

1. Айер, П. Искусство покоя. Захватывающие приключения в полной неподвижности : пер. с англ. / П. Айер. – М. : АСТ ; CORPUS, 2016. – 112 с.
2. Косарева, О. В. Особенности психологического благополучия и гармоничности личности у людей, занимающихся латиноамериканскими танцами : диплом. работа / О. В. Косарева ; рук-ль Н. А. Дунайцева. – Ростов-на-Дону, 2013.
3. Мотков, О. И. Тест интегральной гармоничности личности / О. И. Мотков. – М. : Маска, 2015. – 100 с. – URL: <http://psychology-online.net/articles/doc-2119.html>. – Текст : электронный.
4. Мотков, О. И. Исследование гармоничности личности / О. И. Мотков. – М. : Русайтнс, 2020. – 168 с.
5. Мотков, О. И. Новые исследования гармоничности личности / О. И. Мотков. – М., 2020. – URL: https://pandia.ru/user/publ/80171-Novie_issledovaniya_garmonichnosti_lichnosti. – Текст : электронный.

6. Фесенко, П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : дис. ... канд. психол. наук / Фесенко П. П. – М. : Институт психологии им Л.С. Выготского РГГУ, 2005.

7. Ryff, C. D. The structure of psychological well-being revisited / C. D. Ryff, C. L. M. Keyes // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995.

Варданян Юлия Владимировна,

доктор педагогических наук, профессор, Мордовский государственный педагогический университет им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск, Россия

Широва Анастазия,

студент, Мордовский государственный педагогический университет им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск, Россия

ПРЕОДОЛЕНИЕ ПОДРОСТКАМИ ЧУВСТВА ВИНЫ СЕМЕЙНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ КАК ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Аннотация. В статье рассмотрена проблема преодоления подростками чувства вины семейного происхождения. На основе анализа подходов к исследованию чувства вины, вызванного условиями жизни подростка в семье, обоснована необходимость преодоления разрушительного влияния деструктивного аспекта этого чувства в контексте психологической безопасности.

Ключевые слова: чувство вины; семейное воспитание; подростки; личность подростка; психология подростков; психологические механизмы; психологическая безопасность.

Vardanyan Yuliya Vladimirovna,

Doctor of Pedagogy, Professor, Mordovia State Pedagogical University named after M.E. Evseviev, Saransk, Russia

Shirova Anastaziya,

Student, Mordovia State Pedagogical University named after M.E. Evseviev, Saransk, Russia

OVERCOMING TEENAGERS' FEELING OF GUILT OF FAMILY ORIGIN AS A MEANS OF PSYCHOLOGICAL SAFETY DEVELOPMENT

Abstract. The article deals with the problem of overcoming the teenagers' guilt of family origin. The authors justified the need to overcome the influence of the destructive aspect of this feeling in the context of psychological safety using the analysis of approaches to the study of guilt caused by the conditions of teenager's life in the family.

Keywords: guilt; family education; adolescents; the personality of the teenager; psychology of adolescents; psychological mechanisms; psychological safety.

Введение в проблему. В современном мире многие люди испытывают чувство вины разного происхождения. Дети огорчаются по поводу того, что доставили беспокойство родителям или друзьям, супруги переживают по поводу забытых обещаний, педагоги испытывают тревогу за последствия воспитательных промахов в работе с обучающимися, коллеги признают ответственность за провал общего дела и т. д. Переживание этого чувства приводит к разным последствиям. При благоприятном стечении обстоятельств возникшее чувство становится поводом для детального ана-

лиза и рефлексии, для извлечения жизненных уроков и пополнения опыта развития ответственности. Однако при неблагоприятном сценарии человек, переживший чувство вины, может оказаться перед множеством сложнейших психологических проблем (связанных с изменением самооценки и уровня притязаний, потерей уверенности в себе, соблазном прибегнуть к лжи и манипуляциям, включением разрушительного действия механизмов психологической защиты и др.), нерешенность которых приводит к снижению психологической безопасности.

Особую разрушительную силу представляет чувство вины ребенка, которое возникает в семье под влиянием родителей и других родственников, применяющих давление и манипуляции в управлении его поведением. Это вызвано тем, что ребенок с большей вероятностью доверяет большинству родных и близких, не ожидая с их стороны неприятностей, но лишь фрагментарно осознает причины и последствия происходящего, а также меру своей ответственности за те или иные события. Но в подростковом возрасте происходит значительная эмансипация от родителей и переориентация на взаимодействие со сверстниками, что приводит к значительной переоценке подростками своих отношений с родителями и пересмотру своей ответственности перед семьей. Поэтому чувство вины в этом возрасте приобретает другую конфигурацию, в которой рудиментарно могут быть встроены переживания, изжившие себя, но не дающие подростку возможность осознать меру собственной причастности к производимым деяниям и ответственности за возникающие издержки. Интерес к теоретическому осмыслению сущности и проявлений чувства вины подростков, имеющего семейное происхождение, а также к практическим аспектам преодоления этого чувства и избавления от изживших себя морально-психологических ловушек, используемых в семье для подчинения ребенка, повышают актуальность исследуемой темы.

Анализ существующих подходов к решению данной задачи. Во многих публикациях обращено внимание на амбивалентность чувства вины, в котором может существовать как конструктивно-созидательный, так и деструктивно-разрушительный потенциал. Так, в работе Я. Красицкого [1] чувство вины рассматривается с позиции этико-христианского толкования единства греха и вины с призывом к недопущению осуждения себя в случае осуждения своей вины и ее признания. Это особенно важно с учетом того, что это чувство вбирает в себя здоровое начало, позволяющее человеку выбирать и вырабатывать обоснованные нормы для реализации собственных деяний, и патологическое начало, обладающее невротическими характеристиками и способствующее снижению моральной ответственности.

В работе П. И. Каменского [2] чувство вины рассматривается многоаспектно на основе его понимания в классических концепциях (что позволило автору выстроить и охарактеризовать достаточно прочный фундамент исследования), обращая внимание на природу и онтогенез самого

чувства, а также на его сопряжение с межличностной зависимостью. Это достаточно продуктивный поворот в изучении данной проблемы, т. к. он обращен к выявлению обстоятельств, при которых понимание генезиса межличностных отношений происходит более успешно при выделении двух тесно связанных сторон этого процесса:

- качества выстраиваемых отношений, которые впоследствии формируют и закрепляют зависимое поведение;
- чувства вины, проявляющего себя по аналогии с механизмами психологической защиты при попытках уменьшить ущерб, нанесенный другому человеку своими ошибками или промахами.

При таком понимании причиной связи между межличностной зависимостью и виной может быть страх причинения вреда другим при движении к собственной цели. Подобная зависимость возникает в отношениях с друзьями, родственниками, коллегами, партнерами. Такой тип переживания чувства вины благоприятно влияет на складывающиеся отношения, закрепляет и усиливает их значимость для личности, способствуя развитию их психологической безопасности. Внутрисемейный вариант развития сопряженности чувства вины с зависимостью отношений в этом направлении является результатом конструктивного воспитания детей, когда родители закладывают в них уверенность в возможности обратиться за поддержкой в любой момент.

Одна из разновидностей противоположного варианта рассмотрена в работе М. В. Шамардиной с коллегами [3], посвященной исследованию деформированных отношений созависимых подростков в семьях, в которых один или оба родителя страдали пристрастием к алкоголю. Для преодоления негативных эмоциональных состояний, возникающих у этой категории подростков, эффективным профилактическим и восстановительным методом стала библиотерапия. Доказано, что при применении такого метода подросток начинает лучше понимать свои проблемы (за счет использования возможности их осознания, вербализации и включения в контекст социально выработанного опыта), что обеспечивает возрастание адекватности его самооценки и повышение эмоционально-благоприятного настроения. Данный метод предполагает обсуждение в группе литературных персонажей, что позволяет подросткам обсудить свои собственные проблемы в опосредованной форме, проявлять свои отрицательные эмоции. При этом они сравнивают свое эмоциональное состояние с литературными героями, осваивают информацию о способах выхода из различных ситуаций с вероятным плохим исходом. Занятия данного характера способствуют развитию мотивации для того, чтобы измениться внутренне, влияют на появление новых интересов, приводят к духовному переосмыслению происходящих в их жизни ситуаций, содействуя появлению желания менять себя внутренне.

По мере взросления ребенок начинает более деятельно и целенаправленно формировать свои отношения с родителями, направляя их в нужное

русло. Например, если родители плохо к нему относятся, то подросток может сепарироваться от них, обозначить свои личные границы. Подросток не имеет возможности сразу переехать в новый город, но может обратиться к психологу в школе, позвонить на телефон доверия. Поэтому нужно обеспечить психолого-педагогическую поддержку, чтобы было больше семей, где была бы позитивная атмосфера или хотя бы родители научились уважать своих детей. Важно, чтобы в семье была хорошая позитивная обстановка, члены семьи понимали друг друга, родители закладывали в детях здоровую самооценку и не взращивали бы нездоровый комплекс вины. Если такое не произошло, то необходимо использовать другие пути содействия подросткам в преодолении этого комплекса, заложенного в детстве.

Решение таких проблем возможно в образовательных организациях при наличии в них психологически благоприятной среды, влияющей не только на интеллектуальное развитие ребенка, но и на совокупность других его личностных сторон. Так, в своей работе С. А. Водяха и Ю. Е. Водяха [4] доказали существование прямой связи между эмоциональным интеллектом подростков и их благополучием в школе. При этом обнаружена наибольшая выраженность эмоционального интеллекта с такими характеристиками, как умение распознавать эмоции окружающих людей и отношение к себе.

В исследовании Е. И. Шулевой [5] представлена психологическая характеристика структуры образа мира подростков, в котором детализированы две группы отношений: к себе и к окружающему миру. Обнаружено, что в подростковом возрасте существуют существенные отличия чувства вины как у мальчиков и девочек (по сравнению с мальчиками девочки значительно сильнее переживает это чувство), так и у младших и старших подростков (по мере взросления у подростков усиливается чувство вины). Поэтому психопрофилактическую и психокоррекционную работу, обеспечивающую преодоление чувства вины, необходимо выстраивать в подростковом возрасте с учетом половых и возрастных особенностей образа мира детей.

Методология и методы исследования. Цель исследования – выявить теоретические основы исследования на материале систематизации основных представлений о чувстве вины подростков семейного происхождения и способах их преодоления, выработанных в разных подходах к решению этой проблемы. В процессе исследования по преимуществу использовались теоретические методы (анализ и систематизация материала, разработанного в научной литературе) и прогноз пригодности выработанного теоретического базиса для осуществления психопрофилактической и психокоррекционной работы.

Результаты исследования и выводы. На основе анализа подходов к исследованию чувства вины подростков семейного происхождения обнаружено, что наиболее четкое его понимание достигается при учете амбивалентности, в котором проявляется единство конструктивного и деструктивного потенциалов.

Конструктивный потенциал переживания подростками чувства вины облагораживает их, нацеливает на анализ обстоятельств возникновения ошибок и промахов, способствует рефлексии способов восстановления адекватности самооценки и сохранения собственного достоинства. Эта сторона чувства вины обеспечивает быстрое накопление позитивного опыта восстановления психологической безопасности.

Однако деструктивный потенциал переживания подростками чувства вины таит в себе много опасностей, так как способствует усилению процесса невротизации, уменьшению осознанности происходящего за счет включения механизмов психологической защиты, потери веры в свои силы, усилению неадекватности самооценки, снижению уровня притязаний, применению лживых и манипулятивных стратегий реализации отношений с окружающими.

Деструктивная сторона чувства вины актуально приводит к развитию эмоционального неблагополучия подростка и напряженности в его отношениях с родителями, а в перспективе – к искажению траектории личностного роста и подрыву достижений. В связи с этим важно обеспечивать своевременное обнаружение деструктивного потенциала чувства вины и его преодоление с помощью психопрофилактической и психокоррекционной работы с подростками, а также путем содействия процессу освоения родителями подростков психологических компетенций, позволяющих выстраивать благополучные отношения со своими детьми.

Список литературы

1. Красицкий, Я. Грех, вина и чувство вины / Я. Красицкий // Вестник Русской христианской гуманитарной академии. – 2017. – Т. 18, № 1. – С. 39-54.
2. Каменский, П. И. Чувство вины как предиктор межличностной зависимости и благополучия в межличностных отношениях / П. И. Каменский // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2019. Т. 25, № 4. – С. 84-88.
3. Шамардина, М. В. Психологический портрет созависимого подростка / М. В. Шамардина, О. А. Доровских, А. А. Кожевникова // Педагогика и психология образования. – 2020. – № 1. – С. 198-207.
4. Водяха, С. А. Эмоциональный интеллект и школьное благополучие современных подростков / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Педагогическое образование в России. – 2020. – № 1. – С. 103-108.
5. Шулева, Е. И. Психологический анализ особенностей системы отношений к себе и окружающему миру в структуре образа мира подростка / Е. И. Шулева // Общество: социология, психология, педагогика. – 2017. – № 11. – С. 103-105.

Александрова Людмила Юрьевна,

кандидат психологических наук, доцент, Московский гуманитарно-экономический университет – Чебоксарский институт (филиал), г. Чебоксары, Россия

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ НА РАЗВИТИЕ ЕГО КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ

Аннотация. В современных условиях появилась потребность в преподавателе, являющемся конкурентоспособным и востребованным на рынке труда, несмотря на свойственное его профессии повышенное эмоциональное утомление и психическое напряжение. В статье раскрыта сущность психологического благополучия. Выявлена его связь с конкурентными преимуществами преподавателя. Обосновано влияние психологического благополучия преподавателя высшей школы на развитие его конкурентоспособности.

Ключевые слова: педагогическая деятельность; психологическое благополучие; высшие учебные заведения; конкурентоспособность; преподаватели.

Alexandrova Lyudmila Yurievna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Moscow University for the Humanities and Economics – Cheboksary Institute (branch), Cheboksary, Russia

THE INFLUENCE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF A HIGHER SCHOOL TEACHER FOR THE DEVELOPMENT OF ITS COMPETITIVENESS

Abstract. In modern conditions, there is a need for a teacher who is competitive and in demand in the labor market, despite the increased emotional fatigue and mental stress inherent in his profession. The article reveals the essence of psychological well-being. Its connection with the competitive advantages of the teacher is revealed. The influence of the psychological well-being of a higher school teacher on the development of his competitiveness has been substantiated.

Keywords: pedagogical activity; psychological well-being; higher education institutions; competitiveness; teachers.

В современных социально-экономических условиях модернизация системы высшего образования и профессиональная конкуренция обусловили изменение требований общества к качествам личности преподавателя и его профессионально-педагогической деятельности. В связи с этим появилась потребность в преподавателе, являющемся конкурентоспособным на рынке труда, способном создавать эффективные образовательные технологии на уровне мировых стандартов, несмотря на то, что он является представителем профессии повышенного риска, который испытывает на себе воздействие негативных факторов педагогической деятельности, повышенное эмоциональное утомление и нервно-психическое напряжение.

Наряду с интенсивностью учебной нагрузки и межличностных коммуникаций преподавателя, высокой эмоциональной вовлеченностью в них, это определяет актуальность исследования его психологического благополучия. Оно во многом определяет психологически безопасную образовательную среду, благоприятный морально-психологический климат и атмосферу учебно-воспитательного процесса, а также формы и направления оказания психолого-педагогической поддержки студентам. Формирование психологического благополучия снижает вероятность профессионально-личностной деформации и эмоционального выгорания преподавателя, является условием их профилактики.

К сожалению, забота об эмоциональном состоянии педагога, обусловленном психологическими перегрузками, остается его личным делом, на которое чаще всего не хватает времени и душевных сил [4].

Для раскрытия сущности и влияния психологического благополучия преподавателя на развитие его конкурентоспособности были использованы общенаучные методы познания (системный анализ, синтез, обобщение, систематизация, сравнение, дедукция, индукция), методы теоретического анализа, обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, частные эмпирические методы (наблюдение, интервьюирование).

Теоретико-методологической основой исследования влияния психологического благополучия преподавателя на развитие его конкурентоспособности явились психолого-педагогические положения развития личности, теории и практика личностно-ориентированного обучения, теории конкурентоспособности и формирования конкурентоспособности личности.

Остановимся на понятии «благополучия». Всемирная организация здравоохранения определяет его не только как отсутствие болезней или физических дефектов, но и как состояние полного физического, умственного и социального благополучия [9]. Это слаженность функций и психических процессов, ощущение внутреннего равновесия и целостности [10].

Как феномен психологическое благополучие получает свое осмысление как в формате позитивной психологии, в рамках субъектно-средового подхода (Н. Е. Жданова, О. В. Мухлынина, С. К. Нартова-Бочавер, З. И. Рябикина) [3]. Психологическое благополучие, рассматриваемое нами как составляющая психологического здоровья и социального комфорта человека, является объектом исследования многих отечественных ученых: И. В. Дубровиной, Е. Е. Емельяненко, Л. М. Митиной, Н. П. Паттуриной, В. Э. Пахальян, Э. В. Плучевской, Л. А. Регуш и др. [7]. Ими изучались вопросы психологического благополучия людей различных социальных категорий и статусов (школьники, студенты, учителя, воспитатели, преподаватели, др.), а также ее структура. Например, в исследовании Н.А. Батурина разработана «трехкомпонентная структура модели субъективного благополучия, включающая в себя аффективный, когнитивно-аффективный и когнитивный компоненты» [1].

Развитие зарубежных исследований психологического благополучия личности осуществлялось в гедонистическом и эвдемонистическом направлениях (табл. 1).

Таблица 1

Подходы к исследованию психологического благополучия личности

Показатели	Направления исследования	
	Гедонистическое	Эвдемонистическое
Основные понятия	Позитивные чувства, аффекты, эмоции	Позитивное функционирование, позитивные отношения
Фокус внимания	Как человек в окружающей действительности использует то, что приносит ему пользу и приятные переживания	Как человек, преобразуя себя, преобразует окружающий мир и таким образом достигает гармонии
Сущность психологического благополучия	Внешне обусловленные позитивные переживания	Результат развития и саморазвития личности
Представители	Д. Кайнемен, Н. Брэдбурн, Э. Динер, Н. Шварц, М. Аргайл	А. Вотермен, К. Рифф, Р. Райан, Э. Дисси

Примечание: составлено автором

Как видим из таблицы 1, гедонистический подход основан на приятных позитивных переживаниях человека, а эвдемонистический – на самореобразовании и саморазвитии, достижении внутренней гармонии.

На основе анализа данных концепций американским психологом К. Рифф была предложена модель психологического благополучия, ставшая основой метода психотерапии (well-being therapy) и опросника «Шкалы психологического благополучия». Она предлагает следующие его составляющие: самопринятие, цели в жизни, компетентность, личностный рост, позитивные отношения с другими, автономность [2].

В целом, психологическое благополучие как феномен и тренд развития современного общества породил множество теорий, научно обоснованных и практических подходов. Под психологическим благополучием исследователи косвенно понимали отношение и направленность личности: позитивное отношение к себе и собственной жизни, удовлетворенность ею, отношение к собственной успешности в системе «субъект-среда», направленность на позитивное функционирование, предполагающее баланс адаптивности и аутентичности личности. Соответственно оптимизация психологического благополучия начинается с изменения своего отношения к себе и условиям собственной жизни [4].

Изменение отношения к собственной профессиональной жизни и ее организация в условиях психологически безопасной атмосферы и поддержания эмоционального баланса [7], несмотря на изменяющиеся условия рыночной экономики и ужесточение конкуренции, является основной характеристикой психологически благополучного преподавателя. В основе

его успешного взаимодействия со всеми участниками образовательной среды лежит позитивное отношение к ней и внутренняя удовлетворенность собой, межличностным и межгрупповым взаимодействием. Слаженность и единство его психических состояний и процессов (познавательных и эмоционально-волевых), их синергетический эффект способствует формированию и развитию конкурентных преимуществ преподавателя высшей школы как субъекта рынка труда.

Они проявляются в деятельности преподавателя как педагога и ученого:

- во-первых, обладающего профессионально-личностными качествами [5] (эмоционально-волевой компонент эмоционального благополучия: эмоциональная зрелость, преобладающий позитивный эмоциональный фон, волевая регуляция поведения) и развивающего эти качества;
- во-вторых, владеющего системой профессиональных знаний [6] (когнитивный компонент эмоционального благополучия) и умений (поведенческий компонент эмоционального благополучия);
- в-третьих, реализующего профессиональные знания и умения (в том числе с экономической целью), развивающего профессионально-личностные качества.

Характеристика преподавателя «обладающего» и «владеющего», «реализующего» и «развивающего» лежит в основе его удовлетворенности:

- собственной педагогической деятельностью и общением;
- своим социальным, психолого-педагогическим, научно-исследовательским статусом и положением.

Таким образом, преобладающий положительный эмоциональный фон и удовлетворенность как основа эмоционального благополучия, ведущие к слаженности психических состояний и психологической гармонии, создают фундамент внутренних конкурентных преимуществ преподавателя и становятся одним из показателей его конкурентоспособности (рис. 1).



Рис. 1. Связь психологического благополучия преподавателя с его конкурентными преимуществами

Примечание: составлено автором

Характеристика эмоционального фона как положительно преобладающего, как видим из рисунка 1, объясняется тем, что полностью избежать негативных эмоций невозможно. В определенных условиях, мобилизуя преподавателя на личностный рост, они могут иметь положительный эффект [8].

Четкой границы между профессионально-личностными качествами, профессиональными знаниями и умениями также, как и между эмоционально-волевым, когнитивным и поведенческим компонентами эмоционального благополучия нет. Например, позитивные переживания:

- расширяют поле восприятия, повышают устойчивость и концентрацию внимания, развивают память, воображение, волю, гибкость мышления, эмоциональный интеллект;
- активируют интеллектуальные качества, информационно-творческие и социальные ресурсы, коммуникативные способности [10];
- мотивируют поведение и имеют побуждающий характер (стремления, влечения).

Единство эмоциональных процессов с волевыми, познавательными и потребностно-мотивационными подтверждает наши выводы о том, что психологическое благополучие преподавателя как позитивно-эмоциональное состояние, устойчивое эмоционально положительное самочувствие является интегральной характеристикой. Оно является условием реализации и развития его профессионального потенциала (возможностей освоения профессиональной деятельности и совершенствования в ней) и показателем его социального развития, то есть фактором формирования внешних конкурентных преимуществ.

Это проявляется в том, что психологическое благополучие:

- определяет общие координаты, модель поведения и общения преподавателя высшей школы в профессионально-образовательной среде, социальном пространстве в целом;
- формирует профессиональную идентичность;
- активизирует познавательную деятельность и самообразование.

Таким образом, психологическое благополучие оказывает влияние как на внутренние, так и внешние конкурентные преимущества преподавателя (уникальные характеристики, выгодно отличающие его от других преподавателей и позволяющих оставаться востребованным на рынке труда в условиях конкурентного соперничества и сотрудничества). Внутренние преимущества определяются совокупностью его социально востребованных профессионально-личностных характеристик и качеств, внешние – включенностью в профессиональное сообщество, карьерной реализацией, социальной мобильностью.

Конкурентоспособность преподавателя как его комплексная характеристика включает возможность в любой момент времени обеспечивать свои внутренние и внешние конкурентные преимущества и адаптироваться к постоянно изменяющимся условиям профессиональной среды. Как

сложная, многосторонняя и динамичная категория, она меняется со временем и зависит от многих факторов, в том числе от психологического благополучия личности.

Развитие конкурентоспособности преподавателя высшей школы характеризует его реальную и потенциальную возможность качественного выполнения своих функциональных обязанностей в условиях преобладающего положительного эмоционального фона и социального комфорта, а также способность развития и расширения границ этих возможностей с ориентацией на возможное противодействие со стороны внешней среды и социально значимые приоритеты.

Список литературы

1. Батурин, Н. А. Теоретическая модель личностного благополучия / Н. А. Батурин, С. А. Башкатов, Н. В. Гафарова // Вестник ЮУрГУ. – 2013. – № 4. – С. 4-14.
2. Бучацкая, М. В. Особенности структуры психологического благополучия учащихся и студентов различных направлений профессиональной подготовки / М. В. Бучацкая, М. В. Капанова // Психологическая наука и образование. – 2015. – № 2. – С. 63-69.
3. Жданова, Н. Е. Исследование психологического благополучия педагогов / Н. Е. Жданова, О. В. Мухлынина // Профессиональное образование и рынок труда. – 2019. – № 2. – С. 14-17.
4. Заусенко, И. В. Психологическое благополучие педагога / И. В. Заусенко // Педагогическое образование в России. – 2012. – № 2.
5. Калинина, Г. В. Управление персоналом : учебное пособие в таблицах и схемах / Г. В. Калинина, А. Ю. Мунши, Л. Ю. Александрова. – Чебоксары : ЧКИ РУК, 2011. – 68 с.
6. Мунши, А. Ю., Деловое общение : учебное пособие / А. Ю. Мунши, Л. Ю. Александрова. – Чебоксары : ЧКИ РУК, 2009. – 240 с.
7. Плучевская, Э. В. Психологическое благополучие как фактор, влияющий на развитие конкурентоспособности личности студента в образовательной среде / Э. В. Плучевская, Е. Е. Емельяненко // Вестник науки Сибири. – 2016. – № 4 (23). – С. 21-30.
8. Русина, С. А. Психологическое благополучие студентов с разным уровнем ролевой самооценки / С. А. Русина // Психология. – 2015. – № 4. – С. 16-23.
9. Устав (конституция) Всемирной организации здравоохранения. – Текст : электронный // Всемирная организация здравоохранения. – URL: <https://www.who.int/ru/about/who-we-are/constitution> (дата обращения: 07.03.2021).
10. Шаповалов, В. И. Формируем конкурентоспособную личность / В. И. Шаповалов // Школьные технологии. – 2003. – № 3. – С. 38-44.

Пачколина Анастасия Владимировна,

аспирант, Самарский филиал Московского городского педагогического университета, г. Самара, Россия

РОЛЕВОЙ КОНФЛИКТ РАБОТАЮЩЕЙ ЖЕНЩИНЫ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР

Аннотация. Статья включает в себя обзор основных подходов в изучении ролевых конфликтов в современной психологии. Особое внимание уделено проблеме ролевого конфликта работающей женщины. Выделены основные конфликты свойственные женщинам, которые совмещают, как профессиональные, так и семейные обязанности. Раскрыты отличительные особенности внутриличностных конфликтов, которые имеют внутреннюю и внешнюю направленность, а также зависят от культурной среды, в которой находится женщина и ее индивидуально-психологических свойств. На основании анализа и обобщения полученных результатов предложены дальнейшие направления в исследовании представленной проблемы.

Ключевые слова: ролевые конфликты; конфликтные ситуации; психология женщин; работающие женщины; социальная роль; межличностные конфликты.

Pachkolina Anastasia Vladimirovna,

Postgraduate Student, Samara Branch of the Moscow City Pedagogical University, Samara, Russia

THE ROLE CONFLICT OF A WORKING WOMAN: THEORETICAL OVERVIEW

Abstract. The article includes a survey of the main approaches to the study of role conflicts in modern psychology. Special attention is paid to the problem of the role conflict of a working woman. The main conflicts characteristic of women which combine both professional and family responsibilities are highlighted. The author reveals the distinctive features of intrapersonal conflicts, which have an internal and external orientation and also depend on the cultural environment in which a woman is located and her individual psychological properties. Based on the analysis and generalization of the results obtained, further directions in the study of the presented problem are proposed.

Keywords: role conflicts; conflict situations; psychology of women; working women; social role; interpersonal conflicts.

Ролевой конфликт работающей женщины в отечественной и западной литературе рассматривался, с позиции социально-экономической проблемы общества начиная, с периода расширения прав женщин и возможности совмещать роль жены, матери и работницы, а именно с XX в. С начала 70-х гг. в Западной психологии стали появляться работы, исследующие проблему ролевого конфликта работающих женщин. Изначально предполагалось, что основная проблема заключается в том, что женщины испытывают дополнительный стресс и тревогу, выполняя профессиональные роли, однако эмпирические исследования показали, что не все женщины испытывают ролевой конфликт, основанный на расширении своих соци-

альных ролей. Тем самым было установлено, что проблема ролевого конфликта работающей женщины более сложная и многогранная тема. К окончанию прошлого века в советской социальной психологии возрос интерес к данной теме, как социально-психологического феномена [1], однако в контексте других отраслей психологии проблема ролевого конфликта работающей женщины не была представлена в научной литературе.

Для понимания такого понятия, как ролевой конфликт необходимо обратиться к теоретическим аспектам.

Ролевой конфликт относится к такому сложному и многогранному психологическому явлению, как внутриличностный конфликт, в психологическом словаре Мещерякова и Зинченко его определяют, как столкновения интересов, потребностей, влечений личности, возникающие при условии их примерной паритетности по интенсивности и значимости, но разной направленности. Внутриличностные конфликты во многом определяют развитие, адаптацию и благополучие человека в обществе [4].

Изначально внутриличностные конфликты рассматривались в контексте того или иного психологического направления и пионером в изучении внутриличностных конфликтов следует считать основателя психоанализа австрийского невролога З. Фрейда. Он считал, что сама природа человеческой личности выстраивается на внутреннем конфликте в борьбе между инстинктивными силами (Ид) и социальными (Супер-эго), а также между влечением к жизни (либидо, эросом и самосохранением) и влечением к смерти (танатосом, агрессией и разрушением) [11]. Весь психоанализ выстроен на снижении внутреннего конфликта, через процесс осознания своих влечений. Изучение процесса внутриличностных противоречий и конфликтов продолжили и последователи З. Фрейда. Швейцарский психиатр К. Г. Юнг, пройдя через межличностный конфликт с Зигмундом Фрейдом, пришёл к своей теории возникновения конфликтов, так он выделил типы личности и установку каждого типа, на основании которой могут формироваться внутриличностные и межличностные конфликты. Помимо типологической основы в возникновении внутриличностного конфликта, у человека могут формироваться внешние и внутренние конфликты под властью комплексов.

Комплексы по К. Г. Юнгу – это бессознательные образования, в основе которых лежат эмоционально заряженные мысли, чувства, воспоминания, вынесенные индивидом из его прошлого личного опыта. В формировании внутриличностного конфликта К. Г. Юнг придавал огромное значение архетипу Тени. Данный архетип включает тот внутриличностный материал, который не признаётся человеком в себе и других по причине неприемлемости, аморальности или опасности для психического благополучия личности. Архетип Тени противопоставляется архетипу Персоны, который включает в себя наиболее приемлемое социальное поведение. Данный архетип близок к понятию социальная роль, которую человек выполняет в обществе. Таким образом, К. Г. Юнг существенно расширил пони-

мание внутриличностного конфликта [12]. Помимо психоаналитической традиции к проблеме внутриличностных конфликтов обращались ученые всех психологических школ, так когнитивная психология видит основной причиной внутриличностного конфликта ошибки в мышлении или так называемые когнитивные искажения.

В социальной психологии большое внимание уделяет ролевым теориям и, следовательно, ролевым конфликтам. Р. Линтон определял роль, как совокупность культурных образцов поведения, связанных с определенным статусом. В понятие роли входят также установки и ценности, которые обуславливают поведение, предписываемое обществом для каждого индивида, имеющего определенный статус. Р. Линтон представляет роль преимущественно, как поведение внешнее, а именно динамическим аспектом статуса, тем, что индивид должен сделать для того, чтобы оправдать занимаемый им статус. Американский социолог Ирвин Гофман также связывает понятие роли с внешним проявлением поведения, добавляя, что социальная роль – это свод прав и обязанностей, сопряженных с определенным статусом. Данное определение подверглось критике со стороны социальных психологов, Д. Майерс считает такое обозначение слишком упрощенным т. к. когда с какой-либо социальной категорией связаны всего лишь несколько норм или правил, то подобная ситуация не считается социальной ролью [8].

По его мнению, ролью называется то, что оговаривается целым набором норм. Советский и российский социальный психолог И. С. Кон, определяет социальную роль, через функцию, нормативно одобренный образец поведения, ожидаемый от каждого, занимающего данную позицию. Сама норма будет зависеть от общества, для которого она характерна, и времени (эпохи), в котором она действует. При их смене возможна и смена ролевых образцов поведения. Если роль перестала одобряться, она не подкрепляется, и ее исполнение, как минимум, становится проблематичным. Доктор философских наук и социальный психолог Г. М. Андреева с соавторами отмечает то, что существенным является не столько фиксация прав и обязанностей, сколько связь социальной роли с определенными видами социальной деятельности личности. Роль становится общественно необходимым видом социальной деятельности, определяющим место индивида в обществе и заданность его поведения имеющую индивидуальную окраску за счет качества исполнения [2].

Анализируя западную и российскую научную литературу, посвященную исследованиям понятия роли, как феномена социальной и внутренней жизни личности, можно выделить её основные аспекты, к которым относятся:

– роль есть система общественных ожиданий в отношении индивида, которая складывается в социальном взаимодействии и регулирующая поведение, социальный статус, права и обязанности каждого члена общества;

– роль – система специфических ожиданий личности по отношению к себе, своему месту в социальной системе и представлений о модели собственного поведения во взаимодействии с другими индивидами;

– роль как открытое наблюдаемое поведение индивида, занимающего определенное положение [3].

Существуют различные классификации ролей, так Р. Линтон разделял роли на активные и латентные, в основе его рассуждений лежит предположение, что человек является носителем множества ролей, но активно, в реальный момент времени, может выполнять только одну роль, оставляя оставшиеся роли в латентном состоянии. Однако данное разделение ролей является слишком упрощённым, а сам Р. Линтон не поясняет, как происходит межролевое переключение и взаимодействие. Толкотт Парсонс и коллеги предложили описывать все роли исходя из следующих характеристик:

– Эмоциональность, где оценивается степень эмоциональной включенности или отдаления.

– Способ получения, некоторые роли предписываются автоматически исходя из возраста, пола и т. д., а другие завоевываются с помощью личных усилий.

– Масштаб, определяется тем, что часть ролей ограничены определенными аспектами взаимодействия ролей, к таким ролям, мы можем отнести профессиональные роли. Другие роли устанавливают отношения более широкого и многообразного взаимодействия, например семейные роли.

– Формализация, данная характеристика отражает жесткость в выполнении установленных правил.

– Мотивация, включает степень личной заинтересованности в исполнении той или иной роли [6].

Анализируя вышеперечисленное, мы видим, что человек всегда стоит перед выбором, в соответствии и с какой ролью ему действовать, и какую роль избрать ведущей в тот или иной отрезок времени. Иногда данный выбор включает внутреннее противоречие и сопротивление.

Эмпирические исследования, в рамках социальной психологии, позволили выделить факторы, влияющие на восприятие и выполнение индивидом той или иной роли:

– когнитивный аспект роли, а именно знание роли, представления о правах и обязанностях, связанных с данной ролью;

– эмоциональный аспект, т. е. значимость выполняемой роли;

– поведенческий аспект, в который входит умение выполнять данную роль;

– способность рефлексировать свое ролевое поведение [2].

Данные факторы определяют то, будет ли человек переживать внутриличностный конфликт, и какой интенсивности.

Из вышеперечисленного следует, что социальная роль несет в себе двойную составляющую, одна из которых имеет внешний источник регу-

ляции, вторая – внутренний. А ролевой конфликт возникает по причине того, что либо общество сообщает индивиду о не качественном выполнении той или иной роли, либо сам человек чувствует внутреннее не удовлетворение в соответствии с установленными идеалами выполняемых ролей. Брюс Биддл определяет ролевой конфликт как любое продолжительное несоответствие между несколькими элементами ролей, проявляющееся в социальной ситуации, и приводящее к трудностям и проблемам для одного или большего числа людей как участников процесса [8].

Анализ литературы показывает, что выделяются несколько научных подходов в понимании ролевого конфликта и главной составляющей в раскрытии проблематики, является расхождение в понимании ведущей роли субъективных и объективных факторов возникновения и развития ролевых конфликтов.

Ряд ученых утверждает, что ролевой конфликт возникает по причине расхождения между ожиданиями, связанными с выполнением той или иной роли и возможностями личности к выполнению роли. Так Т. Парсонс считает, что при определении ролевого конфликта необходимо учитывать тот факт, что исполнитель действует в условиях несовместимых ожиданий, которые воспринимаются и осознаются им как несовместимые. Таким образом, личность оказывается в ситуации альтернативного поведения, при котором необходимо совершить тот или иной выбор. С. Стоуффер, добавляет, что человек должен осознавать несовместимость одновременного выполнения нескольких ролей. Даная точка зрения перекликается с положением А. Минца о преобладающей позиции восприятия и субъективной оценки конфликтной ситуации. Доктор философии М. Хартман в своем исследовании, посвященном чувству вины матерей, отмечает, что многочисленная литература, написанная с целью помочь женщинам справиться с ролью матери, на самом деле существенно осложняет ситуацию, т. к. женщины чувствуют невозможность соответствовать представленной модели. Так же она указывает на важный факт, что раньше у женщины была возможность сравнить свое выполнение роли матери с реально существующими женщинами, а именно мамами, бабушками, соседками по дому и т. д. Образ из книг и всевозможных СМИ излишне рафинирован и недостижим в реальности, что создает определенное внутреннее напряжение и диссонанс [13].

Следующий подход представлен такими учеными, как Т. Сарбин и Дж. Тоби, они утверждали, что для возникновения ролевого конфликта необходимо наличие двух факторов:

1. Личность выполняет одновременно две роли.
2. Данные роли предъявляют противоречивые или частично противоречивые требования.

Однако М. Дойч и Р. Краусс подчеркивали, что ролевой конфликт может возникать и при выполнении одной роли, если индивид сталкивается с противоречивыми требованиями формальной и неформальной группами.

Среди ролевых конфликтов различают две разновидности:

– внутриролевые, характеризующиеся противоречиями, возникающими между требованиями роли и возможностями личности. Исследования данной разновидности ролевого конфликта можно найти в работах Дж. Пьеро и А. М. Торресом;

– межролевые, когда разные ролевые позиции личности оказываются несовместимыми, данной проблеме особое внимание уделялось со стороны Р. Кан, Д. Кац [9].

Таким образом, можно заключить, что ролевой конфликт является сложным и не однозначным социально-психологическим явлением, требующего многогранного изучения и с позиции структуры, и в качестве проявления в той или иной группе людей.

Проблемой ролевого конфликта работающей женщины матери, в отечественной психологии стали заниматься относительно недавно. Первые исследования, посвященные данной теме, мы встречаем в статье 1988 г., опубликованной Ю. Е. Алёшиной и Е. В. Лекторской [1]. В ней авторы первыми обращают внимание на необходимость в изучении данной проблемы в рамках психологических наук. Так же отмечается, что тема ролевого конфликта работающей женщины в западной психологии стала активно исследоваться с 1970 г. такими психологами, как Л. Хоффман, Д. Невил и С. Дамико. Последние установили так называемые проблемные зоны в возникновении ролевого конфликта работающих женщин:

- 1) чувство вины, сопряженное с недостаточным вниманием по отношению к семье при выполнении профессиональных ролей;
- 2) ощущение помехи в полноценном выполнении домашних ролей из-за необходимости выполнять роли профессиональные, а также обратная ситуация при выполнении профессиональной роли;
- 3) непрерывное ощущение дефицита времени;
- 4) отсутствие поддержки своего профессионализма со стороны мужа [10].

Продолжая исследования Ю. Е. Алёшиной и Е. В. Лекторской, О. А. Гаврилица предлагает [5] рассматривать ролевой конфликт работающей женщины, как одну из разновидностей межролевого внутриличностного конфликта личности. По ее мнению, ролевой конфликт работающей женщины связан с необходимостью выполнять большое количество разнообразных, часто не совместимых ролей, в которые она вовлечена.

В концепции «ролевой напряженности», разработанной американским социальным психологом У. Гудом, чувство противоречия при реализации ролевых обязательств возникает в силу невозможности выбора ведущей и значимой роли личностью, а само чувство неудовлетворенности носит субъективный характер. По его мнению, освободиться от ролевого конфликта возможно за счет ранжирования по значимости роли, а затраты времени поставить в зависимость от:

- значимости данной роли для самого индивида;
- положительных и отрицательных санкций, которые последуют за невыполнение ролей;
- реакции окружающих за отказ выполнения тех или иных ролей.

Исходя из изложенной концепции У. Гуда женщины совмещающие карьеру и материнство, должны, для избегания ролевого конфликта, выбрать ведущую роль, а выполнение остальных ролей ставить в зависимость от базовой роли. Но стоит предположить, что как раз выбор, ведущий роли становится основой ролевого конфликта. Т. Ньюк считает, что личность избегает ролевого конфликта за счет того, что несовместимые роли «не пересекаются», а выполняются в разный временной диапазон и в разном месте [5]. И действительно многие работающие женщины успешно совмещают карьеру и заботу о детях. Российский психолог З. А. Хоткина выделяет такие семейные роли, как жены, матери, хозяйки дома, бабушки.

Л. Хофман и Б. Локкер помимо вышеперечисленных добавляют к семейным ролям – роли хозяйки, ответственного по уходу за младенцем, воспитателя детей, организатора развлечений, терапевта, ответственного за поддержание родственных связей [3]. При положительной семейной динамике, данные роли могут с легкостью выполняться каждым из супругов, создавая благополучную семейную систему.

Однако в российском традиционном обществе продолжает существовать разделение на мужские и женские роли. Усилению ролевого конфликта у женщин, часто способствует то, что выполнение профессиональной роли сопровождается необходимостью нести финансовую ответственность за членов семьи, большинство женщин ставят в приоритете не саморазвитие и реализацию личностных и профессиональных качеств, а возможность улучшить материальное положение семьи. Таким образом, мы сталкиваемся с таким феноменом, как «двойная нагрузка».

Подводя итоги, стоит предположить о наличии следующих причин в формировании ролевого конфликта работающей женщины:

- высокие, нереалистичные требования к семейным ролям со стороны общества (женщина главная хранительница домашнего очага, именно от матери зависит успешное развитие ребенка, никто лучше матери не может позаботиться о детях и т. д.);
- двойная нагрузка работающей женщины (неравномерное распределение домашних обязанностей внутри семьи, работа, как необходимость материальной поддержки семьи);
- психологическая неготовность к выполнению профессиональной или материнской и семейной роли.

Таким образом, несмотря на многочисленные исследования ролевого конфликта работающей женщины необходимы дальнейшие исследования, включающие в себя междисциплинарный подход, а также отражение временных культурных и общественных явлений.

Список литературы

1. Алешина, Ю. Е. Ролевой конфликт работающей женщины / Ю. Е. Алешина, Е. В. Лекторская // Вопросы психологии. – 1989. – № 5. – С. 80-88.
2. Андреева, Г. М. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы : учеб. пособие для вузов / Г. М. Андреева, Н. Н. Богомолова, Л. А. Петровская. – М. : Аспект Пресс, 2002. – 286 с.
3. Анцупов, А. Я. Конфликтология : учебник для вузов / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – 5-е изд. – СПб. : Питер, 2013. – 512 с.
4. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с. – (Проект «Психологическая энциклопедия»).
5. Гаврилица, О. А. Чувство вины у работающей женщины / О. А. Гаврилица // Вопросы психологии. – 1998. – № 4. – С. 45-61.
6. Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – СПб. : Питер, 2008. – 544 с.
7. Кига́й, Н. Материнство как профессия / Н. Кига́й // Свободная мысль. – 1995. – № 5. – С. 27-31.
8. Кошелева, Ю. П. Теоретические подходы к ролевому поведению и межролевой конфликт / Ю. П. Кошелева // Вестник МГЛУ. Образование и педагогические науки. – 2018. – № 1. – С. 132-152.
9. Подымов, Н. А. Проблема диагностики внутриличностных конфликтов в ценностно-мотивационной сфере / Н. А. Подымов, Э. Э. Сульчинская // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2018. – Т. 4, № 3. – С. 71-79.
10. Трухан, Е. А. Локус ролевого конфликта и профессиональное выгорание у мужчин и женщин / Е. А. Трухан, П. А. Пархимович, Т. О. Будько // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2019. – № 3. – С. 40-47.
11. Юнг, К. Г. Тэвистокские лекции / К. Г. Юнг. – М. : АСТ, 2009. – 252 с.
12. Фрейд, З. Я и Оно : сочинения / З. Фрейд. – М. : Эксмо ; Харьков : Фолио, 2002. – 864 с. – (Серия «Антология мысли»).
13. Hartman, M. Motherhood Identity. A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy / M. Hartman // Psychology. Meridian University. – 2014.

Зеленова Марина Евгеньевна,

кандидат психологических наук, научный сотрудник, Институт психологии Российской академии наук, г. Москва, Россия

Лим Владимир Станиславович,

кандидат медицинских наук, начальник, Филиал № 1 ФГКУ «ГВКГ им. Н.Н. Бурденко» МО РФ, г. Москва, Россия

Лекалов Александр Анатольевич,

заведующий лабораторией, Филиал № 1 ФГКУ «ГВКГ им. Н.Н. Бурденко» МО РФ, г. Москва, Россия

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ И ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛЕТЧИКОВ¹

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования, целью которого явилось выявление личностных качеств и свойств, способствующих сохранению профессионального здоровья специалистов летных профессий. Процедура обследования включала применение психологических тестов, направленных на диагностику уровня стресса и стрессоустойчивости летчиков. Для выявления личностных характеристик применялся «Индивидуально-типологический опросник» (ИТО) Л. Н. Собчик. Участниками исследования выступили военные летчики, проходившие плановое медицинское обследование в госпитале (n=107). При обработке данных использовались методы математической статистики (корреляционный анализ, сравнительный анализ). Результаты исследования показали, что летчики имеют преимущественно «низкий» и «средний» уровень стресса и психической напряженности. Сравнительный анализ индивидуально-типологических характеристик групп летчиков с высоким и низким уровнем стресса обнаружил статистически значимые различия по шкалам «Агрессия», «Интроверсия (Социальная пассивность)» и «Тревожность» ($P \leq 0,05$). Установлено, что чем больше суммарный индекс психологического неблагополучия, тем сильнее выражены в личностном профиле перечисленные характеристики. Результаты исследования могут быть учтены в процедуре отбора летных специалистов.

Ключевые слова: профессиональное здоровье; психологическое благополучие; стрессы; стрессоустойчивость; индивидуально-личностные особенности; внутренние ресурсы; врачебно-летные экспертизы; летчики; авиация.

Zelenova Marina Evgenievna,

Candidate of Psychology, Research Fellow, Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia

Lekalov Alexander Anatol'evich,

Candidate of Medicine, Head, Branch No. 1 of the GVKG named after N.N. Burdenko of Ministry of Defense of the Russian Federation, Moscow, Russia

¹ Работа выполнена по ГЗ № 0159-2021-0001.

Lim Vladimir Stanislavovich,

Head of Laboratory, Branch No. 1 of the GVKG named after N.N. Burdenko of Ministry of Defense of the Russian Federation, Moscow, Russia

STRESS RESISTANCE AND TYPOLOGICAL FEATURES OF THE PILOTS

Abstract. The article presents the results of empirical study, the purpose of which was to identify personal characteristics and properties that contribute to the preservation of professional health of specialists in flight professions. The psychological examination procedure included the use of psychological tests aimed at diagnosing the level of stress and stress resistance of the pilots. To identify personal characteristics, the “Individual-typological questionnaire” by L. N. Sobchik was used. The study participants were military pilots undergoing routine medical examination at a hospital ($n=107$). When processing the data, the methods of mathematical statistics were used (correlation analysis, comparative analysis). The results of the study showed that pilots have predominantly “low” and “medium” levels of stress and mental tension. Comparative analysis of individual-typological characteristics of groups of pilots with high and low levels of stress revealed statistically significant differences on the scales “Aggression”, “Introversion (social passivity)” and “Anxiety” ($P \leq 0,05$). It was found that the greater the total index of psychological distress, the more pronounced in the personality profile of the listed characteristics. The results of the study can be taken into account in the selection procedure for flight specialists.

Keywords: professional health; psychological well-being; stress; stress tolerance; individual and personal characteristics; internal resources; medical and flight examinations; pilots; aviation.

Введение. Вопросы, связанные с надежностью и сохранением здоровья профессионалов, занятых в социально-ответственных и экстремальных видах деятельности, по-прежнему относятся к числу приоритетных исследовательских направлений психологии труда и организационной психологии. Диагностика профессиональной пригодности кандидатов выступает одним из основных факторов, обеспечивающих результативность и качество труда в профессиях, являющихся опасными.

Летная деятельность относится к экстремальным видам труда, осуществляется в сложных условиях рабочей среды, предъявляет высокие требования к социально-психологической зрелости и ответственности субъекта летной деятельности. По уровню стресса профессия летчика занимает верхние строки в списках имеющихся профессий. Накопленные статистические данные свидетельствуют о том, что до 70% аварий объясняются «ошибкой пилота», куда входят ошибки из-за «отказов здоровья» (неравновесных психических состояний и психологического неблагополучия летчика, усталости, стресса и т. д.), а также ошибки, происходящие по причинам, детерминированным личностными свойствами и качествами пилота [3; 15].

Научно-технический прогресс и модернизация летательных аппаратов, усложнение задач, решаемых летными экипажами, способствовали значительному росту общей психофизиологической нагрузки на летчиков.

Проблема сохранения профессионального здоровья и снижение случаев аварийности по причине «человеческого фактора» стало одной из актуальных и значимых задач в данном виде труда.

Анализ существующих подходов к решению данной задачи. Различные аспекты проблемы надежности специалистов экстремальных профессий активно изучаются в рамках адаптивно-гомеостатического подхода, в центре внимания которого традиционно находится выявление психофизиологических резервов субъекта труда, его физических и психических ресурсов, их активация в сложных условиях рабочей среды. Исследованию процесса адаптации и психофизиологических возможностей специалистов, занятых в экстремальных и опасных профессиях, посвящены теоретические и эмпирические труды таких ученых как А. А. Алдашева, В. А. Бодров, Л. Г. Дикая, В. И. Медведев и другие авторы [3; 4; 17 и др.].

С позиций регуляторно-дифференциального подхода (О. А. Конопкин, В. И. Моросанова и др.) проводятся эмпирические работы, направленные на выявление структур психики, лежащих в основе регуляции и саморегуляции психологических состояний и поведения человека в труде и учебной деятельности. В рамках данного подхода изучаются индивидуальные различия и стилевые особенности произвольной активности человека, способность субъекта деятельности к осознанному выдвижению и достижению целей, исследуются регуляторные основы темперамента, характера и самосознания субъекта деятельности [12; 14].

Вклад социальных, мотивационных и личностных характеристик в обеспечение результативности и качества труда в условиях постоянного действия психических и физических стрессоров изучается на основе структурно-интегративного подхода, разрабатываемого А. Б. Леоновой, А. С. Кузнецовой и другими авторами [13].

Известно, что помимо стрессоров рабочей среды, большое значение для достижения эффективности в сложных и опасных видах трудовой деятельности имеет психологическое благополучие субъекта труда, определяемое внерабочими стресс-факторами, к которым относятся трудные жизненные ситуации, связанные с потерей и болезнями близких, семейными конфликтами, разводом и т. д. [19]. Показано, что среди субъективных факторов, определяющих характер преодоления стресса, важную роль играют процессы личностной регуляции деятельности и поведения [1; 2; 7; 9].

В последние годы все больше внимания уделяется совершенствованию методов психологической диагностики профессионально важных качеств, а также исследованиям, нацеленным на системную разработку психологических методических комплексов, предназначенных для диагностики профессионального здоровья специалистов опасных профессий (работы Л. В. Крапивницкой, Н. А. Разсолова, О. Н. Сиваш и др.). В процедуру врачебно-летней экспертизы все чаще включают методы, позволяющие диагностировать состояния психологического неблагополучия летчиков (наличие стрес-

са, выгорания, тревожности и др.), которые рассматриваются как необходимые составляющие профессионального здоровья [15; 16; 18 и др.].

Тем не менее, согласно анализу, проведенному Минобороны РФ, авиационные катастрофы, произошедшие за последнее время, выявили целый ряд системных проблем в обеспечении безопасности полетов авиационной техники ВКС. Среди них наибольшее число проблем обнаружено в таких областях, как подготовка инженерных, технических и летных специалистов, а также в области диагностики профессионального здоровья и личностных качеств летных профессионалов.

Как отмечают известные ученые, специалисты по психологии жизнестойкости (Т. Ю. Иванова, Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин, Е. И. Рассказова и др.), психологии труда и организационной психологии (А. А. Алдашева, А. Н. Занковский, А. Б. Леонова и др.), роль личностного потенциала и качеств индивида, способных обеспечить стрессоустойчивость, все еще остается изученной в очень слабой степени. Продолжают оставаться нерешенными вопросы, связанные с активизацией и привлечением профессионалом в экстремальных и сложных условиях трудовой деятельности имеющихся у него резервов и индивидуальных ресурсов [5; 6; 11].

Целью представленной работы выступило изучение индивидуально-типологических особенностей летных специалистов, работающих в экстремальных условиях и решающих сложные полетные задачи в ситуациях с высоким уровнем неопределенности, социальной и личной ответственности, под воздействием вредных физических факторов среды.

Методология и методы исследования. Психологическое обследование летных специалистов осуществлялось на базе госпиталя Филиал № 1 ФГКУ «ГВКГ им. акад. Н.Н. Бурденко» МО РФ г. Москвы. В ходе плановой медицинской комиссии (ВЛК) участники проходили психологическое тестирование, которое включало диагностику признаков психологического неблагополучия – уровня стресса и психической напряженности и выявление индивидуально-типологических особенностей летных специалистов.

Методики, применяемые в ходе эмпирического обследования, перечислены в таблице 1.

Таблица 1

Методы исследования

1. Выявление социально-демографического, профессионального и медицинского статуса	– Медицинская карта. – Структурированная биографическая анкета «Общие сведения».
2. Диагностика стресса	– «Шкала психологического стресса» (PSM-25) Л. Лемура, Р. Тесье, Л. Филлиона. – «Шкала стрессогенности событий» (ШСС) Т. Х. Холмса, Р. Х. Раге. – Шкала «Стресс» (ИС) опросника «Диффе-

	ренцированная оценка состояний сниженной работоспособности» (ДОРС) А. Б. Леоновой, С. Б. Величковской.
3. Диагностика индивидуально-типологических особенностей	«Индивидуально-типологический опросник» (ИТО) Л. Н. Собчик, имеющий следующие субшкалы: Экстраверсия (Социальная активность), Спонтанность, Агрессивность (Степичность), Ригидность, Интроверсия (Социальная пассивность), Сензитивность, Тревожность, Лабильность

Выборку исследования составили летчики разных родов авиации, направленные в госпиталь в связи с прохождением плановой медицинской комиссии. Всего: $n=107$ человек, средний возраст – $36\pm7,55$ года, летный стаж – $16,41\pm8,6$ года.

Статистическая обработка данных проводилась с использованием программного пакета SPSS и включала частотный анализ, сравнительный анализ (*t*-критерий Стьюдента, *U*-критерий Манна-Уитни), корреляционный анализ (*k*-Спирмена).

Результаты исследования. Применение методов статистики для обработки эмпирических материалов, позволили получить результаты, представленные в таблицах 2-4.

В таблице 2 представлены результаты частотного анализа, показывающие распределение летчиков в зависимости от уровня стресса и степени стрессоустойчивости.

Таблица 2

Распределение летчиков в зависимости от частоты встречаемости признаков психологического неблагополучия (%)

Показатели	Частота встречаемости признаков		
	низкий уровень	средний уровень	высокий уровень
Суммарный индекс стресса Шкалы PSM-25	95,2%	4,8%	0
Показатель стресса на рабочем месте опросника ДОРС	низкий уровень	умеренный уровень	выраженный уровень
	48,8%	46,4%	4,8%
Степень стрессоустойчивости и адаптированности по Шкале Холмса-Раге	высокая степень	пороговая степень	низкая степень
	85,7%	10,7%	3,6%

Как видно из таблицы 2, летчики ВКС имеют преимущественно «низкий» и «средний» уровень стресса и психической напряженности по шкале PSM-25 (95,2% и 4,8%, соответственно). Стресс на рабочем месте (показатели шкалы ДОРС) в 46,4% случаев попадают в диапазон с «умеренной» и 4,8% «выраженной» степенью проявления признаков. Выявлено, что «вы-

сокую» степень стрессоустойчивости и общей адаптированности по Шкале Холмса-Раге (ШСС) имеют 85,7% летчиков, «пороговую» и «низкую», соответственно, 10,7% и 3,6% обследованных специалистов.

В таблице 3 представлены результаты корреляционного анализа.

Таблица 3

*Результаты корреляционного анализа шкал ИТО
с показателями психологического неблагополучия
и социально-демографическими характеристиками летчиков*

Показатели	Э	Сп	А	Р	И	С	Т	Л
Возраст	-,225*	,164	,074	,140	,397**	,180	,139	-,101
Классность	-,013	,010	,100	-,043	-,193т	-,202т	,019	,123
Поколение самолетов	,083	,153	,000	-,003	-,174	-,080	-,223*	,052
Стаж	-,209	,116	,081	,141	,354**	,111	,099	-,070
Налет часов общий	-,031	,102	,089	,183	,195	,095	,062	,078
Наличие семьи	,035	,169	,070	,067	-,066	-,245*	-,064	,017
Кол-во детей	-,087	,091	,006	,089	,101	-,095	,009	,088
Род авиации	,075	-,059	,114	,100	,038	,152	,305**	,060
Попадание в экстрем. ситуации	-,119	,079	-,042	,019	,030	-,015	-,044	,056
Физическое здоровье	-,025	-,010	-,073	-,304**	-,145	-,152	-,096	,007
ДОРС стресс	-,157	-,113	-,066	-,084	,190	,136	,256*	-,145
PSM-25	-,154	-,123	,064	,110	,292**	,086	,402**	-,015
ШСС	,029	-,056	,136	,105	-,024	-,037	,036	-,112

Примечание: Э – Экстраверсия; Сп – Спонтанность; А – Агрессия; Р – Ригидность; И – Интроверсия; С – Сензитивность, Т – Тревожность; Л – Лабильность.

Как видно из таблицы 3, наблюдаются достоверные взаимосвязи между уровнем стресса и такими шкалами ИТО как «Интроверсия» ($k=0,33$; $P \leq 0,05$), и «Тревожность» ($k=0,4$; $P \leq 0,01$). Показатели соматического здоровья находятся в обратной связи с «Ригидностью» ($k=-0,3$; $P \leq 0,05$). Такие социально-демографические характеристики как «возраст» и «стаж» тесно взаимосвязаны с показателем «Интроверсии» ($k=0,4$; $P \leq 0,01$). Результаты корреляционного анализа показали также, что чем выше уровень технической сложности летательных аппаратов, тем выше уровень «Тревожности» летчиков ($k=0,31$; $P \leq 0,05$). Взаимосвязь между семейным положением («наличие семьи») и шкалой ИТО «Сензитивность» является обратно-пропорциональной ($k=-0,3$; $P \leq 0,05$).

В таблице 4 представлены результаты сравнительного анализа групп летчиков в зависимости от наличия признаков стресса и психической напряженности.

Таблица 4

Результаты сравнения групп с разным уровнем психологического благополучия и здоровья

Шкалы ИТО	PSM-25	ДОПС ИС	Здоровье
Экстраверсия (социальная активность)	0.11	0.27	0.96
Спонтанность	0.65	0.19	0.93
Агрессия (стеничность)	0.05	0.66	0.42
Ригидность	0.06	0.23	0.02
Интроверсия (социальная пассивность)	0.05	0.51	0.35
Сензитивность	0.40	0.27	0.12
Тревожность	0.00	0.05	0.31
Лабильность	0.09	0.36	0.99

Сравнительный анализ индивидуально-типологических характеристик летных специалистов с высоким и низким уровнем стресса позволил выявить статистически значимые различия по таким шкалам ИТО как «Агрессия (Стеничность)», «Интроверсия (Социальная пассивность)» и «Тревожность» ($P \leq 0,05$), а также «Ригидность» ($P \leq 0,06$). Установлено, что чем больше суммарный индекс PSM-25, тем больше выражены в индивидуальном профиле перечисленные индивидуально-типологические характеристики, выступающие в качестве «ведущих тенденций» личности, согласно концепции Л. Н. Собчик. То есть перечисленные индивидуально-типологические характеристики в известной степени можно рассматривать как предикторы, на основе которых возможна дифференциация летных специалистов при прогнозировании уровня толерантности к стрессу. При этом важно отметить, что значения шкалы ИТО «Тревожность» в группе летчиков с более высокими показателями стресса не выходят за рамки тестовых показателей, характеризующих гармоничную личность. Содержательная интерпретация в данном случае позволяет говорить не об акцентуациях, а лишь о более высокой степени осторожности в процессе принятия решений, свойственной респондентам данной группы.

Средние баллы по шкале ИТО «Интроверсия» также не превышают предела нормы и в контексте полученных нами ранее результатов применения теста FPI [8], могут отражать уровень общительности и направленности на широкие социальные контакты, а также уровень рефлексивности и открытости.

Характерно, что средние значения шкалы «Стеничность» (Агрессивность) в типичном профиле респондентов попадают в интервал, который

позволяет говорить о летчиках ВКС как индивидах с достаточно выраженной тенденцией к самоутверждению, социально активным, направленным на самореализацию и решительное отстаивание своих интересов. Установлено также, что летчики с более высоким уровнем ИТО «Тревожность» более подвержены стрессу на рабочем месте.

Более низкий уровень соматического здоровья наблюдается у летчиков с более высокими показателями шкалы ИТО «Ригидность». То есть, летчики, испытывающие трудности при смене ситуаций и обстоятельств, менее гибкие (более «ригидные») в условиях летной деятельности, предполагающей быструю смену физических и перцептивных ориентиров и стимулов, переживают стресс и напряжение более высокой степени. Это обстоятельство, вероятно, отражается на состоянии их общего физического здоровья.

Выводы. Таким образом, в ходе статистической обработки и анализа материалов эмпирического исследования показана тесная взаимосвязь, существующая между показателями психологического благополучия и здоровья летчиков (уровнем стресса и соматическим здоровьем) и индивидуально-личностными характеристиками субъекта летной деятельности. Результаты свидетельствуют о том, что типичные индивидуально-типологические профили летных специалистов с разным уровнем стресса достоверно отличаются по степени выраженности таких показателей как «Интроверсия (Социальная пассивность)», «Агрессия» (Стеничность), «Тревожность» и «Ригидность». Полученные эмпирические факты и статистически значимые взаимосвязности могут быть учтены при разработке комплекса психологических методик для использования в процессе медицинского обследования летчиков с целью выявления уровня психологического неблагополучия как индикатора состояния профессионального здоровья летных специалистов.

Список литературы

1. Алдашева, А. А. Толерантность к неопределенности и доверие к себе у профессионалов экстремальных видов труда / А. А. Алдашева, М. Е. Зеленова, О. В. Рунец // Организационная психология и психология труда. – 2020. – Т. 5, № 3. – С. 137-156. – DOI: <https://doi.org/10.38098/ipran.opwp.2020.16.3.007>.
2. Баканов, А. С. Когнитивно-стилевые детерминанты успешности профессиональной деятельности / А. С. Баканов, М. Е. Зеленова // Социальная психология и общество. – 2015. – Т. 6, № 2. – С. 61-75.
3. Бодров, В. А. Профессиональное утомление: фундаментальные и прикладные проблемы / В. А. Бодров. – М. : Изд-во ИП РАН, 2009. – 558 с.
4. Дикая, Л. Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека / Л. Г. Дикая. – М. : Институт психологии РАН, 2003. – 318 с.
5. Жданько, И. М. Актуальные проблемы развития авиационной психологии / И. М. Жданько, А. А. Ворона // Организационная психология и психология труда. – 2019. – Т. 3, № 4. – С. 158-167.
6. Занковский, А. Н. Профессиональный стресс и функциональные состояния / А. Н. Занковский // Организационная психология и психология труда. – 2019. – Т. 4, № 1. – С. 221-243.

7. Зеленова, М. Е. Социально-психологические факторы регуляции / М. Е. Зеленова // Социальная психология и общество. – 2014. – № 1. – С. 54-74.
8. Зеленова, М. Е. Стресс и структура профиля FPI у летчиков / М. Е. Зеленова // Экопсихологические исследования-6: экология детства и психология устойчивого развития : сборник научных статей / отв. ред. В. И. Панов. – М. : Психологический институт РАО ; Курск : Университетская книга, 2020. – С. 202-206.
9. Зеленова, М. Е. Выгорание и стресс в контексте профессионального здоровья военнослужащих / М. Е. Зеленова, А. В. Захаров // Социальная психология и общество. – 2014. – № 2. – С. 50-70.
10. Зеленова, М. Е. Диагностика психологического здоровья летчиков в практике врачебно-лётной экспертизы / М. Е. Зеленова, А. А. Лекалов, Е. В. Костенко // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. – 2016. – № 3 (51). – С. 114-121.
11. Иванова, Т. Ю. Современные проблемы изучения личностных ресурсов в профессиональной деятельности / Т. Ю. Иванова, Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин, Е. И. Рассказова, Н. В. Кошелева // Организационная психология. – 2018. – № 1 (8). – С. 85-121.
12. Конопкин, О. А. Осознанная саморегуляция как критерий субъектности / О. А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2008. – № 3. – С. 22-34.
13. Леонова, А. Б. Структурно-интегративный подход к анализу функциональных состояний: история создания и перспективы развития / А. Б. Леонова, А. С. Кузнецова // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2019. – № 1. – С. 13-33.
14. Моросанова, В. И. Дифференциальный подход к психической саморегуляции и его применение к исследованию действий профессионала / В. И. Моросанова // Психологический журнал. – 2012. – Т. 33, № 3. – С. 98-111.
15. Пономаренко, В. А. Теоретические и экспериментальные данные о профилактике безопасности полета / В. А. Пономаренко. – М. : Когито-Центр, 2014. – 103 с.
16. Разсолов, Н. А. Врачебно-лётная экспертиза и безопасность полетов в гражданской авиации / Н. А. Разсолов. – URL: <http://medicine-avia.narod.ru/documents.html> (дата обращения: 10.02.2021). – Текст : электронный.
17. Сороко, С. И. Стратегии адаптации человека в экстремальных условиях / С. И. Сороко, А. А. Алдашева // Физиология человека. – 2012. – Т. 38, № 6. – С. 78-67.
18. Сиваш, О. Н. Изучение личностной детерминации профессиональной пригодности лётного состава в процессе клинико-психологической экспертизы / О. Н. Сиваш // Проблемы фундаментальной и прикладной психологии профессиональной деятельности / под ред. В. А. Бодрова, А. Л. Журавлева. – М. : Институт психологии РАН, 2008. – С. 416-434.
19. Шульц, Д., Шульц С. Психология и работа / Д. Шульц, С. Шульц. – СПб. : Питер, 2003. – 562 с.

Леоненко Наталия Олеговна,

кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии и психологической помощи, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, г. Санкт-Петербург, Россия

Пульцина Кристина Игоревна,

кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии и психологической помощи, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, г. Санкт-Петербург, Россия

Бугелова Татьяна,

PhD, заведующий кафедрой возрастной и школьной психологии, Прешовский университет в Прешове, г. Прешов, Словакия

Чупкова Ленка,

докторант, Прешовский университет в Прешове, г. Прешов, Словакия

**ПРОЯВЛЕНИЯ ГЕРОНТОЛОГИЧЕСКОГО ЭЙДЖИЗМА
В ЭТНОКУЛЬТУРНЫХ СТЕРЕОТИПАХ НА ПРИМЕРЕ
СЛОВАЦКОЙ И РОССИЙСКОЙ ВЫБОРКИ**

Аннотация. Статья посвящена сравнительному анализу проявлений геронтологического эйджизма в словацкой и российской популяции. Для исследования выраженности стереотипов применялась анкета Дискриминация и эйджизм в рабочей среде. Показано, что для российских респондентов наиболее характерными являются стереотипы, связанные интеллектуальными и когнитивными возможностями, а также способностью людей пенсионного возраста к обучению и интересу к новому. Специфика геронтологических стереотипов в российской выборке заключается в большей выраженности тревоги, страха и стереотипов, связанных с когнитивными ограничениями стареющих людей. Для словацких респондентов более характерно мнение об ограничении способностей пенсионеров работать с информационными технологиями, перспективами их карьерного роста в целом, а также о негативной роли присутствия пенсионеров в компании. Исследование выполнено при поддержке гранта Агентства Министерства школьного и высшего образования, науки и спорта Словацкой республики (Vedecká grantová agentúra Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR a Slovenskej akadémie vied).

Ключевые слова: эйджизм; геронтология; геронтологические стереотипы; этнокультурные стереотипы; этнокультурология; этносы; сравнительный анализ; российская популяция; словацкая популяция.

Leonenko Natalya Olegovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor of Department of Clinical Psychology and Psychological Treatment, Herzen State Pedagogical University, Saint Petersburg, Russia

Pultsina Kristina Igorevna,

Candidate of Psychology, Associate Professor of Department of Clinical Psychology and Psychological Treatment, Herzen State Pedagogical University, Saint Petersburg, Russia

Bugelova Tatiana,

PhD, Head of Department of Development and School Psychology, Presov University, Presov, Slovakia

Chupkova Lenka,

PhD Student, Presov University, Presov, Slovakia

MANIFESTATIONS OF GERONTOLOGICAL AGE ON THE EXAMPLE OF THE SLOVAK AND RUSSIAN SAMPLES

Abstract. The article provided a comparative analysis the age stereotypes in the Slovak and Russian populations. To study the severity of stereotypes, the Discrimination and Ageism questionnaire in the work environment was used. It is shown that for Russian respondents the most common stereotypes associated with intellectual and cognitive capabilities, as well as the ability of people of retirement age to learn and be interested in new things. The specificity of gerontological stereotypes in the Russian sample lies in the greater severity of anxiety and fear associated with aging, as well as stereotypes associated with the cognitive limitations of aging people. For the Slovak respondents, suppose that pensioners may have problem for to work with information technologies and demonstrate more negative assessments of their career prospects, and also believe that the presence of elderly persons has a negative impact on the company's prospects.

Keywords: ageism; gerontology; gerontological stereotypes; ethnocultural stereotypes; ethnocultural studies; ethnic groups; comparative analysis; Russian population; Slovak population.

Введение. В связи с изменением возрастной структуры населения, его стремительным старением, всё более значимым аспектом исследований становится феномен эйджизма, который определяется американским геронтологом Р. Батлером как предвзятое отношение к пожилым людям, дискриминация пожилых людей, а также институциональная практика, способствующая закреплению негативных стереотипов [5]. По данным ВОЗ, рост численности населения 60 лет и старше в 2020 г. должен впервые превысить численность детей до 5 лет. В абсолютном выражении численность людей в возрасте 60 лет или старше возрастет, по прогнозам, с 900 миллионов в 2015 г. до 1400 миллионов к 2030 г. и до 2100 миллионов к 2050 г. и может достичь 3200 миллионов в 2100 г. [1]. В то же самое время, стремительно стареющее население в современном мире составляет значимый процент трудового ресурса общества. Этот факт создает серьезное напряжение в сфере пенсионной системы, систем социального обслуживания и обеспечения.

Важно отметить, что деструктивная роль эйджизма проявляется не только в этической плоскости, но и оказывает серьезное негативное влияние на качество жизни пожилых людей. Во Всемирном докладе о старении и здоровье ВОЗ, устаревшие стереотипы в отношении пожилых людей рассматриваются как фактор ограничивающий потенциал исследователей во многих областях по рассмотрению и выявлению возможностей для вмешательств, в том числе в медицинских дисциплинах [1].

Наиболее популярными стереотипами, являются убеждения о снижении умственной продуктивности и гибкости, а также о низкой заинтересованности подобных специалистов в обучении и низкой открытости новому опыту. Согласно данным отдельных исследователей, положительные стереотипы основаны на ассоциации пожилых специалистов у работодателей с эмоциональной стабильностью, лояльностью к компании, удовлетворенностью профессиональной деятельностью [9; 10]. Два представленных полюса стереотипов эквивалентны существующим стратегиям старения. Среди людей старше 70-ти лет встречаются как обладающие хорошим физическим и умственным здоровьем, так и страдающие разными заболеваниями, нуждающиеся в уходе и поддержке. В концепции Здорового старения Всемирного доклада о старении и здоровье ВОЗ отмечается, что постепенное уменьшение физиологических резервов, возрастающий риск различных болезней и общее снижение функциональной способности организма, свойственные для инволюционного периода, не имеют линейной связи с продолжительностью жизни. Существует множество подтверждений того, что хронологический возраст не является надежным и достоверным предиктором снижения производительности [4; 10].

Поиск факторов и механизмов, опосредующих здоровое старение, играет ключевую роль в предотвращении снижении качества жизни в инволюционном периоде и риска инвалидизации от ассоциированных с возрастом психических и соматических заболеваний. Выявление новых эмпирических фактов, их анализ и систематизация представляют собой ценность в контексте разработки стратегий сопровождения старения, проектирования образовательных программ подготовки специалистов, задействованных в реализации стратегии здорового старения населения, а также социальных программ нацеленных на позитивизацию стереотипов в отношении людей третьего возраста. Учитывая, что, по современным прогнозам, численность пожилых сотрудников (55-65 лет) к 2050 г. в Европе будет составлять порядка 60%, изучение проявления геронтологического эйджизма в стереотипах работодателей и коллег, а также условий и факторов преодоления негативных стереотипов обретает особую практическую значимость.

Целью данной работы является анализ и выявление этнокультурной специфики проявления эйджизма в стереотипах с последующим выдвижением гипотез, определяющих актуальные направления дальнейших исследований условий и средств обеспечения здорового старения.

Организация исследования. Для оценки стереотипов, связанных с возрастом, использовалась анкета «Дискриминация и эйджизм в рабочей среде» (ДЭРС) составленную Búgelová, Čupková, Kravčáková [6]. В первой, оригинальной редакции анкета содержит 16 высказываний, которые мы для настоящей статьи сократили на количество 12 высказываний. Респонденты могли отвечать по 6 бальной системе от 1 до 6, причем № 1 означает решительное несогласие, а № 6 – решительное согласие со сформулиро-

ванным высказыванием анкеты. Приведенный инструмент можно использовать двумя способами – во-первых, как одностороннюю анкету для установления доли индивидуальной позиции эйджизма у определенного индивидуума или для анализа отдельных составляющих в виде источника обнаружения форм и проявлений эйджизма.

Данные от респондентов в Словакии получены посредством электронной почты, данные от респондентов в России были собраны через личные исследования, проведенные в городах Екатеринбург и Санкт-Петербург. Описание исследованной группы, на которой была реализована надежность инструмента, приведено в таблице 1.

Таблица 1

Количественные и качественные характеристики словацких и русских респондентов в продуктивном и пост-продуктивном возрасте

Национальность	Пол (М; Ж)	Возраст	На какой возраст оценивают себя респонденты	Образование	Сектор	Тревожит мысль о собственном старении	Сколько лет человеку, которого вы считаете пожилым
Словацкая (n=117)	46; 71	64 (60-79)	55	Высшее=71, среднее=45	Госслужба=115, частный сектор=2	Да – 31 Нет – 85	88
Русская (n=90)	19;71	65 (45-84)	55	Высшее=49, среднее=40, среднее школьное – 1	Госслужба=67, частный сектор=18	Да – 40, Нет -47	75

Примечание: n – количество опрошенных респондентов

Для анализа межгрупповых различий между словацкими и русскими респондентами использовался непараметрический U-критерий Манна-Уитни. Для анализа внутригрупповых особенностей, в частности влияния социальных факторов, таких как пол, уровень образования, наличие работы в настоящий момент, а также отдельных психологических переменных, таких как страх смерти и наличие тревоги относительно старения использовался многофакторный дисперсионный анализ с применением post-hoc анализа на основе теста Бонфферони.

Описание результатов. Сравнительный анализ возрастных стереотипов показал, что в целом для российской выборки более характерно присутствие стереотипов, касающихся интеллектуальных и когнитивных воз-

можностей, в то время как для словацких респондентов характерны стереотипы связанные, с перспективами карьерного роста.

Так российским респондентам свойственно убеждение, что пенсионеры регулярно вмешиваются в дела других сотрудников и дают ненужные советы ($U=3838$, $p=0,001$). Российские респонденты более склонны негативно оценивать физические способности и производительность пенсионеров ($U=3708$, $p=0,000$), а также то, что лица пенсионного возраста пассивны ($U=4145$, $p=0,011$) и менее адаптивны ($U=3591$, $p=0,000$), а также менее надежны в плане интеллектуальных функций ($U=3701$, $p=0,000$). В то же самое время для словацких респондентов оказалось более характерно мнение о том, что пенсионерам сложнее дается работа с информационными технологиями ($U=3858$, $p=0,001$). Также словацкие респонденты демонстрируют более негативные оценки перспектив своего карьерного роста ($U=3309$, $p=0,000$), а также полагают, что присутствие пенсионеров негативно сказывается на перспективах компании ($U=3049$, $p=0,000$).

Исследование влияния таких факторов как пол, тип занятости, место работы и уровень образования не позволило выявить значимого главного эффекта данных факторов в русскоязычной выборке ($F=0$, $p=1$), а также каждого из факторов в отдельности. В тоже самое время был установлен значимый эффект наличия тревоги о старости и страха смерти ($F_{36,51}=1,725$, $p=0,036$). Последующий пост-хок анализ позволил установить, что тревога о своем будущем и страх смерти связаны с убеждением о том, что пожилые людям требуется больше времени, чем молодым для выполнения профессиональных задач ($p=0,043$) и более высокая вероятность совершения ошибок ($p=0,013$), с представлениями о том, что большинство пожилых людей являются консервативными и нетерпимыми ($p=0,024$). Тревога о своем будущем в старости и страх смерти связаны с высокими оценками относительно того, что для пенсионного возраста очень характерны жалобы на нехватку средств или проблемы с имуществом ($p=0,032$), оценкой пожилых людей как непривлекательных ($p=0,011$), с представлениями о том, что большинство пожилых людей не самостоятельны и полагаются на помощь окружающих ($p=0,043$).

Анализ влияния факторов пола, типа занятости и уровня образования внутри словацкой выборки позволил установить значимое влияние уровня образования на отдельные аспекты стереотипов, связанных с возрастом ($F_{36,73}=2,248$, $p=0,002$). Так респондентам со средним образованием оказалось более свойственно мнение о том, что работающие пенсионеры отнимают место у молодых специалистов ($p=0,024$), а также, что пенсионерам строит устраиваться только на ту работу, которая не интересна молодым ($p=0,032$). Лицам со средним уровнем образования свойственно мнение о том, что большинство пенсионеров менее интеллектуально активны в сравнении с молодыми специалистами, поэтому могут быть бесполезными на работе ($p=0,040$). Респонденты с высшим образованием сталкивались на

работе с пренебрежительным отношением в связи с возрастом ($p=0,017$), а также мнением о том, что пожилые люди не могут работать с современными методами ($p=0,013$), ощущением того, что на размер оплаты труда повлиял их возраст ($p<0,000$). При этом анализ влияния таких психологических факторов как страх смерти и наличие тревоги в связи со старением не позволил установить значимого эффекта.

Выводы. Проведенное исследование позволило установить, что существуют культурно специфичные стереотипы, связанные с возрастом. Так среди российских респондентов наиболее распространенными являются стереотипы, связанные интеллектуальными и когнитивными возможностями, а также способностью людей пенсионного возраста к обучению и интересу к новому. При этом такие социальные факторы как пол, статус и уровень образования не оказывают значимого эффекта на стереотипы, связанные с возрастом. В то же самое время для российских респондентов в большей мере, чем для словацких характерны страх смерти и тревога, связанная с собственным старением. Высокий уровень страха смерти и тревоги, связанной со старением связаны с представлениями о пожилых людях как о неприятных и непривлекательных, а также что пожилым свойственно жаловаться на свое материальное положение, а также несамостоятельность и тенденция полагаться на помощь окружающих. Данный факт может быть связан с изменением социального материального статуса в связи с выходом на пенсию, что создает ощущение неопределенности. В то же самое время в группе словацких респондентов значимое влияние на проявление стереотипов, связанных с возрастом, оказал уровень образования. Так лица со средним образованием склонны полагать, что в пенсионном возрасте недостаточно интеллектуально активны, а также занимают место молодых специалистов. В то же самое время люди с высшим образованием скорее испытывают воздействие эйджизма на себе. Так они часто сталкиваются с пренебрежительным отношением, а также мнением о том, что им менее доступны навыки работы с современными технологиями.

Таким образом, было показаны межкультурные различия в стереотипах, связанных с возрастом. Специфика геронтологических стереотипов в российской выборке заключается в большей выраженности тревоги, страха и стереотипов, связанных с когнитивными ограничениями стареющих людей. Возможно, меньшее количество страхов и тревоги словацких респондентов связано с объективно лучшим качеством их жизни, что отражено в рейтинге индексов качества жизни пожилых людей, в котором Словакия занимает 40 место, а Россия только 65 в рейтинге из 96 стран [2]. Эти данные представляют ценность в качестве исследовательских ориентиров и позволяют выделить два значимых тренда: 1) изучение механизмов и обоснование эффективных средств улучшения когнитивного здоровья личности в инволюционном и предшествующем ему периодах; 2) разра-

ботка образовательных средств и социальных программ, направленных на преодоление проблемы эйджизма в обществе.

Список литературы

1. Многосекторальные действия по обеспечению здорового старения на основе подхода, охватывающего весь жизненный цикл: проект глобальной стратегии и плана действий по старению и здоровью. Доклад Секретариата ВОЗ. – URL: http://www.A69_17-ru.pdf. – Текст : электронный.
2. Рейтинг стран мира по Индексу качества жизни пожилых людей. – URL: <https://gtmarket.ru/ratings/global-age-wath-index>. – Текст : электронный.
3. Смирнова, Т. В. Пожилые люди: стереотипный образ и социальная дистанция / Т. В. Смирнова // Социологические исследования. – 2008. – № 8. – С. 49-52.
4. Bal, A. C. Examining positive and negative perceptions of older workers: A meta-analysis / A. C. Bal, A. E. Reiss, C. W. Rudolph, B. B. Baltes, // The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. – 2011. – gbr056.
5. Butler, R. N. Ageism: Another Form of Bigotry / R. N. Butler // The Gerontologist. – 1969. – Vol. 9, iss. 4, part 1. – P. 243-246. – DOI: 10.1093/geront/9.4_Part_1.243.
6. Čupková, L. Ageizmus a jeho vplyv na fungovanie senior / L. Čupková, T. Búgelov // Kvalita života 2017: kvalita života v kontexte chudoby : zborník vedeckých prác. – Prešov : Bookman, s. r., 2018. – S. 110-119.
7. Chang, E. S. Global reach of ageism on older persons health: A systematic review / E. S. Chang, S. Kanno, S. Levy, S. Y. Wang, J. E. Lee, B. R. Levy // PloS one. – 2020. – № 15 (1). – e0220857. – <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220857>.
8. Hassell, B. L. An examination of beliefs about older workers: do stereotypes still exist? / B. L. Hassell, P. L. Perrewe // Journal of Organizational Behavior. – 1999. – Vol. 16. – P. 457-468.
9. Perry, E. L. Moderating effects of personal and contextual factors in age discrimination / E. L. Perry, C. T. Kulik, A. C. Bourhis // Journal of Applied Psychology. – 1996. – Vol. 81. – P. 628-647.
10. Van Dalen, H. P. Why Demotion of Older Workers is a No-Go Area for Managers / H. P. Van Dalen, K. Henkens // International Journal of Human Resource Management. – 2016. – № 18. – doi: 10.1080/09585192.2016.1239214.

Водяха Юлия Евгеньевна,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Багаева Лаура Артуровна,

студент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ОСОБЕННОСТИ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СОЦИАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ИНТЕЛЛЕКТА

Аннотация. Психологическое благополучие и социальная успешность личности зависит от уровня интеллекта. Студенты с высоким уровнем интеллекта склонны испытывать неудовлетворенность своей жизнью в настоящем, при этом ей могут придавать полноценный смысл нацеленность на будущее. Студенты с низким уровнем интеллекта склонны довольствоваться тем, что имеют на настоящий момент времени, воспринимая процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом

Ключевые слова: интеллект; интеллектуальное развитие; уровни интеллекта; социальная успешность; психология студентов; студенты; репрезентация социальной успешности; личность студента; успешность личности.

Vodyakha Yulia Evgenievna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Bagaeva Laura Arturovna,

Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

SPECIFIC FEATURES OF SOCIAL SUCCESS IN STUDENTS WITH DIFFERENT INTELLIGENCE LEVELS

Abstract. Psychological well-being and social success of an individual depends on the level of intelligence. Students with a high level of intelligence tend to feel dissatisfaction with their lives in the present, while at the same time it can be given full meaning by focusing on the future. Students with a low level of intelligence tend to be content with what they have at the moment, perceiving the process of life as interesting, emotionally rich and full of meaning

Keywords: intelligence; intellectual development; intelligence levels; social success; psychology of students; students; representation of social success; student personality; personality success.

Находясь в процессе профессионального и личностного самоопределения, современная молодежь пытается выделить и усвоить нормы взрослой жизни. В данном контексте изучение особенностей представления об успехе и успешности необходимо для выработки путей и способов реализации личности, раскрытия ее потенциала, формирования конструктивного

отношения к действительности, позитивного подхода к решению стоящих перед нею задач и достижения своего акме. По этой причине изучение представлений о социальной успешности у молодежи приобретает все более масштабное значение в современном обществе, переживающем пандемию. Поскольку современная социокультурная обстановка ориентирует молодежь на мобильную самореализацию и социальную успешность, становится очевидным, что от представления об успешности зависят выбор средств ее достижения и особенности самоопределения [3].

Успех как феномен исследуется философией, психологией и другими сопряженными науками на протяжении столетий. Социальная успешность – это критерий оценки результатов деятельности человека, в соответствии с социальными стандартами. Смысловой контент этого концепта в современном обществе весьма размыт и противоречив. Некоторые социологи и психологи, например В. Фридрих, А. Хофман, О. С. Дейнека, И. Г. Дубов, А. А. Хвостов понимают под социальной успешностью социальный статус, профессию, финансовое положение, материальное имущество и иные символические атрибуты. В то же время известные социальные психологи, такие как Дж. Атkinson, Г. М. Андреева, Т. П. Емельянова, Р. М. Шамянов и А. Р. Тугушева также включают в этот список и критерии самореализованности («я на своем месте», «я делаю то, что мне нравится»; «я получаю удовольствие от своего труда»).

По мнению С. А. Водяхи и Ю. Е. Водяхи, роль интеллекта в обучении велика и бесспорна. Это связано с тем, что люди, быстро усваивающие знания, лучше проходят академический отбор и могут получить хорошее образование. Таким образом, отмечают корреляцию между уровнем интеллекта и продолжительностью обучения. Подобную тенденцию отмечают и в России, коэффициент интеллекта студентов, которые принимают участие в психологических экспериментах, в большинстве своем варьируется около 110 баллов [1].

Исходя из теории «интеллектуального порога», для овладения профессией человеку необходимо обладать определенным минимальным уровнем интеллекта, чтобы добиться социального успеха. Если же он превосходит этот минимум, то его успехи определяются уже не интеллектом, а мотивацией. В. Н. Дружинин дополнил эту идею, предложив модель «интеллектуального диапазона», согласно которой индивидуальная продуктивность ограничена интеллектом субъекта [3].

В книге Хернстайна и Мюррея выявили, что люди с высоким коэффициентом интеллекта реже: вступали в браки до тридцати лет, были безработными более года, разводились в первые пять лет брака, жили в бедности, получают пособие после рождения ребенка, а также с большей вероятностью не исключались из школы, не находились под арестом и не имели постоянного пособия [4].

В лонгитуде, проведенном с американским размахом, создатель теста Стэнфорд-Бине Л. Термен и его сотрудники выяснили, что практически все члены выборки Термена добились высокого социального статуса. Все они закончили школу, а две трети – университет. По числу докторских степеней, опубликованных книг и патентов его группа в 30 раз превысила уровень контрольной выборки, а доход членов группы был в 4 раза выше среднего по США [5].

Однако ни один из обследуемых не проявил исключительного таланта в области науки или искусства, который выразился бы в существенном вкладе в мировую культуру. В то же время был обнаружен один ребенок, который немного не дотянул до требовавшихся в исследовании Термена 136 баллов, но в последующей жизни достиг того, чего не удалось достичь никому из избранных – стал лауреатом Нобелевской премии [5].

Методология исследования. Авторы предположили, что о том, что содержательная и структурная наполненность представлений о социальном успехе у молодежи зависит от уровня интеллекта, а именно:

- у молодых людей с высоким уровнем интеллекта в репрезентацию социального успеха включены следующие категории: наличие цели и стремление ее достигнуть, успешное обучение, престижная профессия, карьера, ориентация на будущее, саморазвитие, общественное признание;

- у молодежи с низким уровнем интеллекта представления о социальном успехе включают такие ценности как семья, брак, материальная обеспеченность, ориентацию на настоящее и удачу.

Исследование проходило на базе Уральского государственного педагогического университета г. Екатеринбурга; в исследовании принимали участие 72 студента 18-21 года. Отобранные в выборку респонденты проживают в разных частях УрФО, чтобы обеспечить репрезентативную выборку. Выборка была случайной и стратифицированной в зависимости от пола и возраста. Возраст респондентов варьировался от 18 до 21 года, средний возраст – 19,3 лет ($SD=.51$). Данные собирались с сентября по декабрь 2019 года. Бланки были заполнены на добровольной основе респондентами во время двух обычных 80-минутных занятий в отсутствие преподавателя и в присутствии обученного исследователя.

Для решения эмпирической задачи с использованием математической статистики по критерию Краскела-Уоллиса (H-критерий), авторы уравнивали группы количественно, создав три группы (по 33,3%) с низким, средним и высоким значением интеллекта. Таким образом, на следующем этапе эмпирического исследования в выборку входил 51 респондент.

В исследовании были использованы следующие методики:

1. Тест КОТ (Краткий ориентировочный, отборочный тест) В. Н. Бузин, Э. Ф. Вандерлик.
2. Опросник смысловых ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьев.

3. Методика «примеры успешных людей» О. А. Карабанова, Д. А. Бухаленкова.

4. Методика «представления о средствах достижения успеха» О. А. Карабанова, Д. А. Бухаленкова.

5. Методика «представления об успехе и ценностные ориентации» О. А. Карабанова, Д. А. Бухаленкова.

6. Методика «незавершенные предложения об успехе» О. А. Карабанова, Д. А. Бухаленкова.

Результаты исследования. Для изучения специфики и особенностей представлений о социальной успешности у студентов с разным уровнем интеллекта, мы использовали методику «Тест смысловых ориентаций» (СЖО) Д. А. Леонтьева.

Таблица 1

Количественные результаты различий между группами по методике «Тест смысловых ориентаций»

Субшкалы	Значения уровня интеллекта			Р
	Низкий	Средний	Высокий	
Цели в жизни	31,12	31,29	29,65	0,83
Процесс жизни	31,94	30,70	26	0,11
Результативность жизни	27,35	25,88	22,76	0,25
Локус контроля – Я	21,35	21,12	19,65	0,89
Локус контроля – жизнь	32,23	31,59	30,94	0,84

Как видно из таблицы, статистически значимых различий между результатами групп нет. Однако при множественном сопоставлении выборок достоверные различия между какой-либо конкретной парой или парами могут оказаться стертыми. Это ограничение можно преодолеть, если провести все возможные попарные сопоставления, для этого мы использовали критерий для двух выборок U-критерий Манна-Уитни.

Таким образом, на следующем этапе математической обработки между группами с низким и высоким значением уровня интеллекта по методике «Тест смысловых ориентаций» Д. А. Леонтьева, по шкале «процесс жизни», мы получили эмпирическое значение $U_{\text{эмп}}(87)$ находящееся в зоне неопределенности ($p \leq 0,05$). Студенты с низким значением уровня интеллекта набрали большее количество баллов, в отличие от студентов с высоким уровнем значений интеллекта. Данный результат может быть связан с тем, что студенты с низким значением уровня интеллекта склонны довольствоваться тем, что имеют на настоящий момент времени. Испытуемые воспринимают процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Студенты с высоким значением уровня интеллекта чаще испытывают неудовлетворенность своей жизнью в настоящем, при этом ей могут придавать полноценный смысл нацеленность на будущее.

Статистически значимые различия между результатами групп с низким и средним, средним и высоким значением уровня интеллекта по методике «Представления о средствах достижения успеха» не выявлены. Возможно, это связано с тем, что студенты данных групп не имеют ярко выраженных отличий о представлениях успеха и выраженности его характеристик. Таким образом, в большинстве своем они имеют схожие представления о средствах достижения успеха.

Таблица 2

Различия между группами с низким и высоким значением уровня интеллекта по методике «Представления о средствах достижения успеха»

Субшкалы	Значения уровня интеллекта				Р
	Ранг	Низ- кий	Ранг	Высо- кий	
Везение, удача	11	2,2	11	2,5	–
Популярность в обществе, известность	10	2,5	10	2,6	–
Признание авторитетными, значимыми для тебя людьми	9	2,8	9	3,1	–
Достижение поставленных целей	1	3,9	1	3,9	–
Удовлетворение от процесса выполнения работы	8	3,4	2	3,6	–
Удовлетворение от результата проделанной работы	3	3,6	3	3,6	–
Чувство заслуженного счастья, радости	2	3,8	7	3,2	$\leq 0,05$
Преодоление препятствий	5	3,5	8	3,1	–
Личный рост, самосовершенствование	4	3,5	5	3,4	–
Воплощение своих способностей, умений и знаний в результатах деятельности	6	3,5	6	3,4	–
Счастье	7	3,5	4	3,6	–

Между группами с низким и высоким значением уровня интеллекта по методике «Представления о средствах достижения успеха» по шкале «чувство заслуженного счастья и радости» мы получили эмпирическое значение $U_{\text{эмп}}(90,5)$, находящееся в зоне неопределенности ($p \leq 0,05$). Таким образом, можно предположить, что студенты с низким значением уровня интеллекта чаще сопоставляют успех с чувством заслуженного счастья и радости. В то время как студенты с высоким значением уровня интеллекта считают, что успех в большей степени определяется «удовлетворением от процесса выполнения работы». Одинаково значимые позиции для обеих

групп занимают такие характеристики как: «достижение поставленных целей» и «удовлетворение от результата проделанной работы».

Таблица 3

Различия между группами с низким и средним значением уровня интеллекта по методике «Представления об успехе и ценностные ориентации»

Сфера жизни	Средний		Высокий		Р
	Ранг	Сред. знач.	Ранг	Сред. знач.	
Учеба / работа	3	3,9	3	3,4	–
Материальная обеспеченность	5	4,6	5	4,2	–
Дружба	4	4,3	2	3,1	$\leq 0,05$
Любовь, семья	2	2,4	1	2,5	–
Общественное признание, известность	7	6,1	7	5,7	–
Хобби	6	4,7	6	5,6	–
Личностный рост, саморазвитие	1	2,2	4	4	$\leq 0,01$

Полученное эмпирическое значение $U_{\text{эмп}}(82,5)$ находится в зоне неопределенности ($\leq 0,05$). Таким образом, можно предположить, что для студентов со средним значением уровня интеллекта дружба является менее значимой сферой жизни, чем для испытуемых с высоким показателем уровня интеллекта.

На первое место студенты со средним значением уровня интеллекта определяют личностный рост и саморазвитие, на второе место любовь и семью. Для испытуемых с высоким показателем интеллекта личностный рост и саморазвитие имеет меньшее значение ($U_{\text{эмп}}=68$ находится в зоне значимости $\leq 0,01$), однако на первом месте любовь и семья.

Теперь обратимся ко второму заданию, в котором студенты должны были оценить значимость успеха в тех же сферах жизни.

Таблица 4

Различия между группами с низким и высоким значением уровня интеллекта по методике «Представления об успехе и ценностные ориентации» № 2

Сфера жизни	Низкий		Высокий		Р
	Ранг	Сред. знач.	Ранг	Сред. знач.	
Учеба / работа	3	3,3	2	2,9	–
Материальная обеспеченность	4	3,6	3,5	3,5	–
Дружба	5	4,5	3,5	3,5	$\leq 0,05$
Любовь, семья	1	2,9	1	2,3	–
Общественное признание, известность	7	5,6	6,5	5,9	–

Хобби	6	5,1	6,5	5,9	–
Личностный рост, саморазвитие	2	3,1	5	3,9	–

Из данных, приведенных в таблице видно, что для студентов с высоким значением уровня интеллекта дружба имеет большее значение, чем для студентов с низким значением уровнем интеллекта. Полученное эмпирическое значение $U_{\text{эмп}}(94,5)$ находится в зоне неопределенности ($\leq 0,05$). По результатам диагностики, в данной методике для них по-прежнему на первом месте любовь и семья, что говорит о значимости этих сфер и желании добиться в них успеха. Последние места занимают хобби и саморазвитие (личностный рост).

Таблица 5

*Различия между группами со средним и высоким значением
уровня интеллекта по методике
«Представления об успехе и ценностные ориентации» № 2*

Сфера жизни	Средний		Высокий		Р
	Ранг	Сред. знач.	Ранг	Сред. знач.	
Учеба / работа	3	3,2	2	2,9	–
Материальная обеспеченность	4	4,1	3,5	3,5	–
Дружба	5	4,3	3,5	3,5	–
Любовь, семья	1	2,5	1	2,3	–
Общественное признание, известность	7	6,2	6,5	5,9	–
Хобби	6	5,1	6,5	5,9	–
Личностный рост, саморазвитие	2	2,6	5	3,9	$\leq 0,05$

На основе данных, приведенных в таблице видно, что для студентов со средним значением уровня интеллекта личностный рост и саморазвитие на втором месте, однако для студентов с высоким значением уровня интеллекта данная сфера на пятом месте. Полученное эмпирическое значение $U_{\text{эмп}}(86,5)$ находится в зоне неопределенности. Более важными сферами для них являются: учеба и работа, дружба и материальное обеспечение. На первом месте любовь и семья, последние же места занимают хобби и саморазвитие (личностный рост).

Таблица 6

Различия между группами с низким, средним и высоким значением уровня интеллекта по методике «Примеры успешных людей», %

	Низ- кий	Сред- ний	Р	Сред- ний	Вы- со- кий	Р	Низ- кий	Вы- со- кий	Р
Политики	6	0	–	0	0	–	6	0	–
Бизнесме- ны, пред- принима- тели	6	17,5	–	17,5	29	–	6	29	–
Шоу- бизнес, СМИ, бло- геры	6	17,5	–	17,5	6	–	6	6	–
Деятели искусства, писатели	35	12	≤0,05	12	24	–	35	24	–
Спортсме- ны	6	0	–	0	0	–	6	0	–
Окружение	29	47	–	47	12	≤0,01	29	12	–
Воздержа- лись от ответа	12	6	–	6	29	≤0,05	12	29	–

Как видно из таблицы студенты с низким значением уровня интеллекта склонны выбирать как пример успешных людей политиков (6%) и спортсменов (6%), для студентов со средним и высоким значением уровня интеллекта данная тенденция не характерна. Испытуемые с высоким значением уровня интеллекта чаще указывали бизнесменов и предпринимателей (29%), деятелей искусства и писателей (24%), значительный процент испытуемых воздержался от ответов (29%). Большая часть испытуемых со средним значением уровня интеллекта указала примером успешных людей, кого-то из своего окружения (47%).

Таблица 7

Основные категории, выделенные в ответах студентов на предложение «Успех для меня...»

Критерии	Кол-во упоминаний, %								
	Н	С	Р	С	В	Р	Н	В	Р
Карьера и статус	6	0	–	0	12	–	6	12	–
Семья	0	12	–	12	12	–	0	12	–
Чувство удовле- творенности	12	12	–	12	12	–	12	12	–
Любовь и счастье	12	0	–	0	24	≤0,05	12	24	–

Наличие цели	36	30	–	30	12	–	36	12	≤0,05
Независимость и свобода	12	0	–	0	12	–	12	12	–
Саморазвитие	24	42	–	42	0	≤0,01	24	0	≤0,05

В – высокое значение уровня интеллекта, С – среднее значение уровня интеллекта, Н – низкое значение уровня интеллекта.

Анализ ответов на данное предложение показал, что большинство студентов со средним значением уровня интеллекта (42%) понимание личного успеха связывают с саморазвитием. В то время как студенты с высоким значением уровня интеллекта (24%) понимание личного успеха связывают с любовью и счастьем. Для студентов с низким значением уровня интеллекта связывают успех с наличием цели (36%) и саморазвитием (24%).

Таблица 8

Основные категории, встречавшиеся в ответах студентов на предложение «Успех для мужчины...»

Критерии	Кол-во упоминаний, %								
	Н	С	Р	С	В	Р	Н	В	Р
Работа и заработная плата	30	18	–	18	60	≤0,01	30	60	≤0,05
Семья	30	24	–	24	6	–	30	6	≤0,05
Независимость	0	0	–	0	12	–	0	12	–
Сила	12	0	–	0	12	–	12	12	–
Самореализация	12	12	–	12	12	–	12	12	–
Важен	18	36	–	36	0	≤0,01	18	0	–
Наличие цели	0	12	–	12	0	–	0	0	–

В – высокое значение уровня интеллекта, С – среднее значение уровня интеллекта, Н – низкое значение уровня интеллекта.

Анализ ответов на данное предложение показал, что большинство студентов со средним значением уровня интеллекта (36%) отмечают важность успеха для мужчины, в отличие от студентов с высоким уровнем интеллекта. Однако они дали более конкретные ответы в отличие от студентов с низким и средним значением и отметили как значимый критерий успеха для мужчины работу и высокую заработную плату (60%). Менее значимым критерием указана семья (6%).

Таблица 9

Основные категории, встречающиеся в ответах студентов на вопрос о женском успехе

Критерии	Кол-во упоминаний, %								
	Н	С	Р	С	В	Р	Н	В	Р
Работа и карьера	6	6	–	6	36	≤0,05	6	36	≤0,05
Самореализация	18	24	–	24	12	–	18	12	–
Семья	30	36	–	36	30	–	30	30	–

Наличие цели	0	12	–	12	0	–	0	0	–
Независимость и свобода	24	0	$\leq 0,05$	0	18	–	24	18	–
Гармония	0	12	–	12	12	–	0	12	–
Важно	6	12	–	12	0	–	6	0	–
Счастье	18	0	–	0	0	–	18	0	–

В – высокое значение уровня интеллекта, С – среднее значение уровня интеллекта, Н – низкое значение уровня интеллекта.

Анализ ответов на данное предложение показал, что студенты с низким значением уровня интеллекта чаще отмечают в качестве критерия женского успеха независимость и свободу (24%), в отличие от студентов со средним значением уровня интеллекта. Студенты с высоким значением уровня интеллекта (36%) считают важным критерием работу и карьеру, в отличие от молодежи с низким и средним значением уровня интеллекта.

Выводы.

1. Для респондентов с высоким уровнем интеллекта характерно испытывать неудовлетворенность своей жизнью в настоящем, при этом ей могут придавать полноценный смысл нацеленность на будущее. В содержание представлений о социальной успешности входят: наличие цели и ее достижение, удовлетворение от процесса выполнения работы. Значимые позиции занимают такие характеристики как: «достижение поставленных целей» и «удовлетворение от результата проделанной работы». Дружба имеет большее значение, чем для студентов с низким значением уровнем интеллекта. На первом месте любовь и семья, что говорит о значимости этих сфер и желании добиться в них успеха. Последние места занимают хобби и саморазвитие (личностный рост). Часто понимание личного успеха связывают с любовью и счастьем, считают важным критерием работу и карьеру, в отличие от молодежи с низким и средним значением уровня интеллекта. Как пример успешных людей они чаще указывают: бизнесменов и предпринимателей, деятелей искусства и писателей.

2. Студенты с низким значением уровня интеллекта склонны довольствоваться тем, что имеют на настоящий момент времени. Испытуемые воспринимают процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Чаще сопоставляют успех с чувством заслуженного счастья и радости. Значимые позиции занимают такие характеристики как: «достижение поставленных целей» и «удовлетворение от результата проделанной работы». Они склонны выбирать, как пример успешных людей деятелей искусства и писателей, а также ближайшее окружение. Часто связывают успех с наличием цели и саморазвитием, отмечают независимость и свободу как критерий женского успеха.

Список литературы

1. Водяха, С. А. Корреляция показателей школьного благополучия и имплицитной теории интеллекта психологически благополучных школьников /

С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Известия УрФУ: Серия 1. Проблемы образования, науки и культуры. – 2020. – Т. 26, № 4. – С. 134-143. – <https://doi.org/10.15826/izv1.2020.26.4.078>.

2. Дружинин, В. Н. Психология общих способностей : учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / В. Н. Дружинин. – 3-е изд. – М. : Издательство «Юрайт», 2019. – 349 с.

3. Холодная, М. А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования / М. А. Холодная. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб. : Питер, 2002. – 264 с.

4. Погадаева, Д. А. Взаимосвязь структуры интеллекта и личностных качеств студентов / Д. А. Погадаева, С. А. Водяха // Актуальные вопросы современной психологии, конфликтологии и управления: взгляд молодых исследователей : сборник научных статей. – Екатеринбург, 2020. – С. 105-112.

5. Herrnstein, R. The Bell curve. Intelligence and class structure in American life / R. Herrnstein, Ch. Murray. – N. Y. etc : free Press, 1994. – P. 775-832.

6. Shurkin, J. Terman's Kids: The Groundbreaking Study of How the Gifted Grow Up / J. Shurkin. – Boston (MA) : Little, Brown, 1992.

Карпова Эльвира Борисовна,

кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет, г. Санкт-Петербург, Россия

Жернова Александра Анатольевна,

студент, Санкт-Петербургский государственный университет, г. Санкт-Петербург, Россия

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВОЛОНТЕРОВ КАК РЕСУРС ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Аннотация. Данное исследование посвящено выявлению различий в смысловых, ценностных сферах, а также отношению к экзистенциальным категориям у волонтеров, осуществляющих свою деятельность в разных сферах социальной жизни (110 человек). Сравнивались и получены различия в жизненных ценностях, осмысленности жизни и отношении к экзистенциальным данностям у добровольцев, помогающих больным детям; у волонтеров, участвующих в проведении спортивных мероприятий; у волонтеров, осуществляющих деятельность, относящуюся к будущей профессии.

Ключевые слова: волонтерская деятельность; волонтеры; волонтерство; жизненные ценности; жизненные смыслы; экзистенциальные данности.

Karpova Elvira Borisovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

Zhernova Alexandra Anatolyevna,

Student, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

VOLUNTEER ACTIVITIES AS A RESOURCE OF PERSONAL DEVELOPMENT

Abstract. This study is devoted to identifying differences in the meaning of life, value spheres, as well as attitudes towards existential categories among volunteers working in different spheres of social life (110 people). Differences in life values, meaningfulness of life and attitude to existential given in volunteers helping sick children were compared and obtained; volunteers participating in sports events; volunteers carrying out activities related to the future profession.

Keywords: volunteer activity; volunteers; volunteering; life values; life meanings; existential given.

Волонтерское движение вовлекает в свои ряды все большее число людей во всем мире и привлекает внимание исследователей различных научных специальностей. Существуют научные работы, посвященные социо-демографическим характеристикам волонтеров [5; 11; 12], их мотивации к добровольческой деятельности [2; 5; 13; 14 и мн. др.]. Ряд авторов справедливо отмечают, что важным в такой деятельности является не

только участие людей в решении актуальных социальных проблем [4; 5; 7; 8; 9; 10], но и влияние самой этой деятельности на ее участников [1; 6].

Вместе с тем психологических исследований, направленных на изучение личностных характеристик волонтеров, все еще недостаточно.

Целью исследования было изучение жизненных смыслов и ценностей у людей, занимающихся волонтерской деятельностью разной направленности.

В соответствие с целями и задачами данной работы были отобраны респонденты. Всего выборку составили 110 добровольцев в возрасте от 17 до 34 лет, где средний возраст всех добровольцев составил 24 года. Среди них было 30 мужчин и 80 женщин, каждый из которых имел определенный стаж в добровольческой деятельности (от 2 недель и до 10 лет).

В две основные группы вошли волонтеры, оказывающие помощь детям с заболеваниями, имеющими витальную угрозу: волонтеры Детского Хосписа (группа «волонтеры Хосписа») – 26 человек, и волонтеры клиники «НИИ детской онкологии, гематологии и трансплантологии им. Р.М. Горбачевой (группа «реабилитационный центр»)), где находятся на лечении дети с болезнями крови, онкологическими, наследственными заболеваниями 24 человека.

В одну из групп сравнения вошли волонтеры, получающие медицинское образование («группа медиков») – 19 человек. Особенность этой группы в том, что входящие в нее добровольцы занимались деятельностью, которая в будущем будет их профессией.

Еще одну группу сравнения составили волонтеры, род деятельности которых не был связан с помощью больным людям. В эту группу вошли добровольцы – участники организации Чемпионата мира по футболу (группа «волонтеры ЧС») – 22 человека

Распределения по возрасту во всех четырех группах значимо не различаются. Средний возраст волонтеров в детском хосписе, составил 26 лет, в группе волонтеров реабилитационного центра – 24 года, помогающих на Чемпионате мира – 22 года, а среди волонтеров, получающих медицинское образование – 19 лет.

Методы исследования: «Ценностный опросник» (ЦО) Ш. Шварца, Методика «Смыслжизненные ориентации» (СЖО) в адаптации Д. А. Леонтьева, методики «Отношение к жизни, смерти и кризисной ситуации» [3].

Результаты исследования и их обсуждение. Средние по группам общие показатели осмысленности жизни во всех группах по методике СЖО находятся в диапазоне – от 100,1 до 109,6 баллов и превышают уровень средней оценки в популяции – 99,43. Самый высокий показатель оказался в группе «волонтеры реабилитации».

Средние шкальные оценки во всех группах находятся на уровне или выше средних в популяции: «Цели в жизни» – от 28,66 до 34,4 (средняя в популяции – 31,14), «Процесс жизни» – от 29,9 до 33,4 (средняя в популяции – 29,9) «Результат жизни» средняя в популяции – от 25,3 до 27,9

(средняя в популяции – 24, 38); «Локус контроля Я» средняя в популяции – от 18,9 до 21,5 (средняя в популяции – 19, 85); «Локус контроля жизни» – от 29,5 до 31,5 (средняя в популяции – 29,42). Самые высокие показатели по всем шкалам оказались в группе «волонтеры реабилитации», а самые низкие – у «волонтеров хосписов». Сравнительный анализ средних групповых оценок методике «Смыслжизненные ориентации» выявил статистически значимые различия только по шкале «Цели в жизни» ($p=0,008$), по которой также самые высокие баллы у «волонтеров реабилитации».

Результаты исследования ценностных ориентаций среди волонтеров, работающих в разных организациях, полученные с помощью «Ценностного опросника» (ЦО) показали, что наиболее важными ценностями являются «доброта», «самостоятельность», «безопасность». Такая ценность, как «Традиции», оказалась на таком же уровне, как три перечисленные, только для «волонтеров реабилитации», а «универсализм» у «волонтеров ЧМ». Полученные данные свидетельствуют о стремлении респондентов к защите благополучия и счастья значимых для них людей, проявления уважения к различным верованиям, традициям и убеждениям этих людей. Кроме того, выявленные показатели говорят о желании принятия самостоятельных решений, а также возможности совершении самостоятельных поступков.

При выполнении статистического сравнения групп волонтеров, осуществляющих деятельность в разных сферах, были выявлены статистически значимые различия по шкалам «Гедонизм» ($p=0,018$), «Власть» ($p=0,049$), «Достижения» ($p=0,010$).

Шкалы «Гедонизм» и «Достижения» достигают относительно высоких показателей только у волонтеров-медиков. Полученные данные говорят о наличии у данной группы такой основной мотивационной цели, которая выражается в стремлении к получению наслаждения и радости от жизни. Однако уровень средних значений говорит лишь об относительно небольшой выраженности данной шкалы, что в свою очередь означает, что данная ценность не определяет весь жизненный устой. Самые низкие показатели по шкале «гедонизм» – у «волонтеров хосписа».

Ценность «Власть» оказалась относительно не важной для всех волонтеров, однако самый низкий показатель по этой шкале также у «волонтеров хосписа». Для волонтеров, работающих в хосписах, наименьшее значение имеет социальный статус и престиж, а также направленность на удовольствие о жизни.

Результаты исследования отношения к смерти и жизни и экзистенциальным категориям показали статистически значимые различия в групповых оценках по таким компонентам, как: «Жизнь, как рост» ($p=0,030$), «Концепциях смерти» ($p=0,046$), «Наличие смысла жизни» ($p=0,031$), «Принятие смерти» ($p=0,004$), а также «Наличие смысла в кризисной ситуации» ($p=0,015$) и «Концепция кризисной ситуации» ($p=0,032$). Наибольшую выраженность по критерию «Жизнь, как рост» имеется у «волонтеров реабили-

тации», что говорит, о том, что они воспринимают собственную жизнь как возможность воплощения различных собственных мотивов. По параметру «Наличие смысла жизни», низкие показатели присущи «волонтерам хосписа». Для «волонтеров хосписа» оказались характерными трудности в ответе на такие экзистенциальные вопросы как «наличие смысла жизни» и «восприятие жизни, как возможности для собственной реализации».

Не менее важный критерий «Принятие смерти» в наибольшей степени выражен у «волонтеров хосписа» и «волонтеров реабилитации», тогда как у «волонтеров ЧМ» и «волонтеров-медиков» он низкий ($M=3,3$ и $M=4,2$). Полученные данные можно объяснить тем, что волонтеры в первых двух группах намного чаще сталкиваются с темой смерти и уходом человека из жизни, и поэтому данная тема является проработанной в большей мере, чем у «волонтеров ЧМ» и «волонтеров-медиков».

По шкале «Концепция смерти» наибольшие баллы были выявлены у «волонтеров хосписа» и «волонтеров реабилитации», что свидетельствует о наличии собственного понимания и концепции существования жизни после смерти. «Волонтеры-медики» по данной шкале получили наименьшие результаты, что в свою очередь говорит об их большей приверженности к атеистическому восприятию и представлению о смерти. Последние два показателя больше выражены у «волонтеров реабилитации», что свидетельствует об имеющейся у таких людей склонности к личностному росту благодаря переосмыслению и проработке различных кризисных ситуаций, воспринятых как некий позитивный опыт.

Несмотря на то, что показатели по критериям «Принятие смерти» «Концепция смерти» в двух других группах, выражены в меньшей степени, полученные данные все же свидетельствуют о наличии и у них желания переосмысления различных кризисных ситуаций и поиск в них определённого смысла.

Выводы.

1. Осмысленность жизни в наибольшей степени характерна волонтерам, помогающим больным детям в реабилитационном центре им. Р.М. Горбачевой. Для них характерно целеустремленность, уверенность, и наличие эмоциональной насыщенности в жизни, направленность на личностный рост.

2. В ценностной сфере у всех респондентов высокие показатели по шкалам «доброта», «самостоятельность», «безопасность», что свидетельствует об их альтруистических чертах и толерантности. Для волонтеров-медиков одной из наиболее важных ценностей также является достижения социального успеха и престижа, а также получения радости и наслаждения от жизни.

3. Из отношений к экзистенциальным данностям показатель «Принятия смерти» значимо выше у волонтеров, работающих с больными детьми, чем у волонтеров, которые в своей добровольческой деятельности никак не соприкасаются со смертью.

4. Наибольшая выраженность по критерию «Принятие изменчивости жизни» наблюдается у волонтеров, помогающих на Чемпионате Мира, в то время как у волонтеров Детского Хосписа по данной шкале присутствует наименьший средний показатель. Такие личности в меньшей степени готовы к переменам, а также более склонны к выстраиванию психологических защит в различных критических ситуациях.

5. У волонтеров Детского Хосписа низкие показатели по параметру «Наличие смысла жизни», что говорит об отсутствии какого-либо высшего смысла жизни, а также стремлении искать его. В то время как у двух других групп добровольцев, имеются высокие баллы по данной шкале, что свидетельствует о понимании значения своей жизни.

В целом можно заключить, что все респонденты представляют себя как сильную личность, имеющую свободу выбора и принятия решения. Большинство волонтеров ориентированы на свое будущее и осмысленность жизни. В то же время вид добровольческой деятельности определяет специфические характеристики ценностной и смысловой сферы волонтеров, а также отношение к жизни и смерти у волонтеров. Наиболее ресурсным для личностного развития оказалась деятельность, связанная с оказанием помощи детям с онкологическими заболеваниями, но не в терминальной стадии, а находящимися на реабилитации. Осмысление жизни и смерти как экзистенциальных категорий катализирует соприкосновение с реальными переживаниями человеческих страданий, с которыми сталкиваются волонтеры, помогающие больным детям.

Список литературы

1. Азарова, Е. С. Психологические детерминанты добровольческой деятельности / Е. С. Азарова, М. С. Яницкий // Вестник Томского государственного университета. – 2008. – № 306. – С. 120-125.
2. Атеев, Г. Мотивация деятельности волонтеров / Г. Атеев. – Магнитогорск, 2001.
3. Баканова, А. А. Отношение к жизни и смерти в критических жизненных ситуациях : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Баканова А. А. – 2000. – 20 с.
4. Волонтер и общество. Волонтер и власть. – М. : Academia, 2000. – 158 с.
5. Гулевич, О. А. Помощь как стиль жизни: психологические аспекты волонтерской деятельности / О. А. Гулевич, И. А. Шевелева, А. А. Фомичев // Социальная психология и общество. – 2013. – № 2. – С. 5-18.
6. Екимова, С. Г. Волонтерская деятельность как ресурс личностно-профессионального развития будущих специалистов по социальной работе : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Екимова С. Г. – 2010. – 25 с.
7. Онищенко, Е. В. Перспективы развития волонтерского движения в России / Е. В. Онищенко // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2011. – № 2. – С. 183-187.
8. Корнеева, Е. Л. Основные направления исследования волонтерской деятельности / Е. Л. Корнеева // Психолого-педагогические исследования. – 2015. – Т. 7, № 7. – С. 131-141.

9. Певная, М. В. Волонтерство как социологическая проблема / М. В. Певная // Социологические исследования. – 2015. – № 2 (346). – С. 110-119.
10. Холина, О. И. Институционализация волонтерства в структуру российского гражданского / О. И. Холина. – М. : ЦИУМиНЛ, 2013. – 135 с.
11. Block, J. H. Conceptions of sex role: Some crosscultural and longitudinal perspectives / J. H. Block // American Psychologist. – 1973. – № 28. – P. 512-526.
12. Fagot, B. I. The influence of sex of child on parental reactions to toddler children / B. I. Fagot // Child Development. – 1978. – № 49. – P. 459-465.
13. Frisch, M. B. Natural helping systems: A survey of Red Cross volunteers / M. B. Frisch, M. Gerrard // American Journal of Community Psychology. – 1981. – № 9 (5). P. 567-579. – doi: 10.1007.
14. Pillemer, K. Volunteers in a peer support project for caregivers: What motivates them / K. Pillemer, L. T. Landreneau, J. J. Sutor // American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias. – 1996. – Vol. 11, issue 5.

Филенко Игорь Александрович,

кандидат психологических наук, доцент, Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск, Россия

Михеева Мария Владимировна,

магистрант, Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск, Россия

СВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКОВ С КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ И ОСОБЕННОСТЯМИ СОВРЕМЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация. В статье рассматривается эмоциональное благополучие подростков в связи с факторами компьютерной зависимости, а также учебной деятельности, представленной в различных формах. Обнаружено, что высокие уровни компьютерной зависимости связаны с пониженным эмоциональным благополучием подростков. Показано, что различные формы обучения приводят к специфическим изменениям эмоционального благополучия в группах подростков, характеризующихся различными уровнями компьютерной зависимости.

Ключевые слова: эмоциональное благополучие; компьютерная зависимость; подростковая тревожность; психология подростков; подростки; компьютерные технологии.

Filenko Igor Aleksandrovich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Tomsk State National Research University, Tomsk, Russia

Mikheeva Maria Vladimirovna,

Master's Degree Student, Tomsk State National Research University, Tomsk, Russia

THE RELATIONSHIP OF EMOTIONAL WELL-BEING OF ADOLESCENTS WITH COMPUTER ADDICTION AND THE FEATURES OF MODERN EDUCATIONAL TECHNOLOGIES

Abstract. The article discusses emotional well-being of adolescents in connection with the factors of computer dependence and learning activity, presented in various forms. It was found that high levels of computer addiction are associated with lower levels of emotional well-being of adolescents. It is shown that different forms of learning lead to specific changes in emotional well-being in groups of adolescents characterized by different levels of computer addiction.

Keywords: emotional well-being; computer addiction; adolescent anxiety; psychology of adolescents; adolescents; computer technologies.

В современной науке психологическое благополучие личности рассматривается как многомерный конструкт, для описания которого используются различные подходы [1; 2], позволяющие выявлять интегральные характеристики функционирования личности в связи с особенностями жизнедея-

деятельности. В ранних исследованиях психологического благополучия основное внимание уделялось субъективному благополучию, представленному через обобщенные характеристики позитивных и негативных эмоций человека [3]. На этой основе была разработана первая шкала измерения субъективного благополучия Н. Брэдбурна (Bradburn Affect Balance scale (ABS)) [3, с. 65]. В дальнейшем, благодаря работам Э. Динера, Л. Ларсена, Р. Лукаса, К. Рифф, Р. Райана, Е. Деси и других исследователей в зарубежной психологии сформировалось несколько направлений, в рамках которых происходило уточнение изучаемого конструкта. Так, в модели К. Рифф (эвдемонистическое направление), ориентированной на определение характеристик позитивного функционирования личности, учитываются следующие компоненты психологического благополучия: автономия, управление окружающей средой, личностный рост, положительное отношение к другим, наличие жизненных целей, самопринятие [1]. В модели Э. Динера (гедонистический подход), субъективное благополучие человека представлено трехкомпонентной моделью: удовлетворенность жизнью, относительное отсутствие негативных эмоций и наличие позитивных эмоций [2]. В последнее десятилетие внимание многих исследователей обращено к изучению отдельного конструкта – эмоционального благополучия личности, понимаемого как системное единство позитивного и негативного аффекта или как целостный, но динамически изменяющийся поток, состояние которого может быть осознано личностью в процессе рефлексии своих эмоциональных переживаний в любой момент времени [4]. В отечественной психологии эмоциональное благополучие рассматривается как многомерное явление, которое определяет эмоциональное самочувствие, является показателем успешности эмоциональной регуляции человека, а также неразрывно связано с его психологическим благополучием [5]. Эмоциональное благополучие рассматривается в качестве ключевого компонента субъективного благополучия, поскольку когнитивный компонент – удовлетворенность жизнью – в значительной степени опосредован эмоциональным содержанием жизненного опыта человека [6].

Комплексные исследования психоэмоционального благополучия подростков, проведенные А. И. Подольским, О. А. Карабановой, О. А. Идобаевой, П. Хеймансом [7] в период 1992–2008 гг., направленные на определение критериев эмоционального неблагополучия, позволили в дальнейшем разработать и апробировать программу психокоррекции неблагоприятных эмоциональных состояний подростков и закрепить позитивные изменения психологического статуса школьников.

Теоретические аспекты эмоционального (психоэмоционального) благополучия изучены в работах [8-10]. В частности, Е. Г. Трошихина, В. Р. Манукян [8] приводят результаты пилотажных исследований, подтверждающих включенность тревожности и устойчивых эмоциональных состояний в структуру психоэмоционального благополучия взрослого че-

ловека. С. А. Водяха [10] показал, что эмоциональное благополучие способствует повышению долголетия и снижает риск сердечно-сосудистых нарушений, повышает выживаемость пациентов при различных заболеваниях, а также способствует повышению эффективности психологической коррекции личности и достижение ею максимального потенциала.

В современном, динамично меняющемся обществе возникает необходимость дальнейшего изучения эмоционального благополучия личности в связи с техногенными инновациями и сопровождающими их изменениями в повседневной жизнедеятельности человека. Это относится и к широкому использованию цифровых технологий, которые улучшая социальную коммуникацию, порождают новые проблемы, – компьютерная зависимость, кибербуллинг, стрессовые онлайн-ситуации [11] и др., ведущие к формированию негативных эмоциональных состояний молодого поколения [12]. Также использование цифровых технологий в обучении изменяет традиционную образовательную среду и оказывает существенное влияние на участников образовательного процесса – школьников, студентов и педагогов [13]. Представители образовательного сообщества, отмечая плюсы и минусы внедрения этих технологий в педагогическом процессе, обращают внимание на то, что в наши дни не хватает исследований, позволяющих осветить данную проблему изнутри, раскрыв ее специфику через изучение психологических особенностей субъектов образовательного процесса, чувствительно реагирующих на возможные новации. В этом плане существенное значение имеет изучение особенностей эмоционального благополучия учащихся и педагогов в развивающихся и трансформирующихся образовательных системах. В связи с актуальностью обозначенной проблемы целью нашего исследования явилось изучение специфики эмоционального благополучия подростков в условиях обычного и дистанционного образования с учетом фактора компьютерной зависимости.

В исследовании, которое проходило зимой 2021 г., приняли участие 78 школьников (44 мальчика, 34 девочки) г. Томска в возрасте 12-14 лет ($13,0 \pm 0,7$ лет), обучающиеся в 6-8 классах. В ходе исследования использовался следующий психодиагностический комплекс:

1. Методика скрининговой диагностики компьютерной зависимости Л. Н. Юрьевой и Т. Ю. Больбот [14], представленная 11 пунктами, имеет высокие значения альфа Кронбаха, $\alpha=0,861$ [15]. Кроме общей шкалы в данной методике, мы рассчитывали дополнительную шкалу – позитивных эмоций (4 пункта), связанных с использованием компьютера.

2. Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению в средних и старших классах школы (Спилбергер – А. Д. Андреева) [16], содержащая 40 вопросов, имеет четыре шкалы, измеряющие познавательную активность, мотивацию достижения, тревожность, гнев. В нашем исследовании методика применялась дважды: для оценки соответствующих психологических особенностей подростков в

условиях обычного и дистанционного обучения. В данной публикации детально анализируются только аспекты, относящиеся к шкалам тревожности и гнева, а также к выделенной нами дополнительной шкале (5 пунктов), характеризующей познавательные эмоции школьников.

3. Шкала личностной тревожности учащихся А. М. Прихожан [17], включающая 40 пунктов и 4 шкалы – школьная тревожность, самооценочная тревожность, межличностная тревожность, магическая тревожность. В нашем исследовании были использованы первые три шкалы данной методики.

Для обработки результатов исследования применялся пакет статистических программ Statistica 6.0, а также методы статистического анализа: корреляционный анализ (по Спирмену), статистические критерии различия (U-критерий Манна-Уитни, Т-критерий Вилкоксона).

Результаты корреляционного анализа основных показателей, полученных для всей группы школьников, представлены в таблице 1.

Таблица 1

Корреляции для показателей эмоциональных состояний школьников в связи с характеристиками компьютерной зависимости

Показатели	Компьютерная зависимость	Позитивные эмоции, связанные с работой на компьютере
Тревожность (о)	0,404***	0,347**
Гнев (о)	0,436***	0,402***
Познавательные эмоции (о)	-0,076	-0,233*
Тревожность (до)	0,395***	0,012
Гнев (до)	0,338**	0,179
Познавательные эмоции (до)	-0,237*	0,005
Школьная тревожность	0,412***	0,112
Самооценочная тревожность	0,576***	0,266*
Межличностная тревожность	0,553***	0,220*

Примечание: * – уровень значимости $p < 0,05$; ** – уровень значимости $p < 0,01$; *** – уровень значимости $p < 0,001$; (о) – обучение; (до) – дистанционное обучение.

Как видно из таблицы 1, высокие уровни компьютерной зависимости (КЗ) достоверно позитивно коррелируют с показателями тревожности, гнева (по методике А. Д. Андреевой), а также школьной, самооценочной, межличностной тревожности по шкале А. М. Прихожан. Таким образом, для школьников с высокими уровнями КЗ характерны повышенные уровни гнева и различных видов тревожности в сравнении со школьниками с низкими уровнями КЗ. Сходные тенденции относятся и к взаимосвязям позитивных эмоций, связанных с работой на компьютере, с показателями тревожности и гнева.

Интересно то, что показатель познавательных эмоций школьников, характеризующий их направленность на учебные занятия, имеет достоверную отрицательную корреляцию (на уровне $p < 0,05$) с показателем компьютерной зависимости (дистанционная форма обучения), то есть школьники с высокими уровнями КЗ характеризуются по сравнению со школьниками с низкими уровнями КЗ более низкими значениями познавательных эмоций и в дистанционных форматах учебной деятельности. Данный парадоксальный результат связан с тем, что для зависимых школьников сам феномен компьютерной зависимости выражается не в использовании компьютера для учебных занятий, направленных на приобретение базовых знаний, связанных с дальнейшим жизненным и профессиональным развитием, а является средством «отвлечения» от учебы, то есть реализации внеучебных интересов, поэтому дистанционная, ориентированная на работу с компьютером, форма учебной деятельности для них является не очень привлекательной. А обнаруженная значимая негативная взаимосвязь (на уровне $p < 0,05$) познавательных эмоций (очное обучение) с позитивными эмоциями, связанными с работой на компьютере, свидетельствует о том, что для школьников с высокими уровнями КЗ при реализации очной формы обучения также характерны низкие уровни позитивных познавательных эмоций.

Далее, в общей группе школьников были выделены три подгруппы, характеризующиеся разными уровнями компьютерной зависимости: группа 1, слабо зависимых, – 15 человек (13 мальчиков и 2 девочки); группа 2, умеренно зависимых, – 49 человек (26 мальчиков и 23 девочки); группа 3, сильно зависимых, – 14 человек (5 мальчиков и 9 девочек). Сравнительные характеристики исследуемых показателей, полученных в пределах каждой подгруппы, приведены в таблице 2.

Таблица 2

Сравнительные характеристики показателей школьников, представляющих три группы компьютерной зависимости

Показатели	Группы компьютерной зависимости		
	Группа 1	Группа 2	Группа 3
Возраст (годы)	12,8	13,0	13,0
Компьютерная зависимость	17,53 (1-2)*** (1-3)***	23,96 (1-2) *** (2-3)***	32,86 (1-3)*** (2-3)***
Позитивные эмоции при работе на компьютере	8,47 (1-2)* (1-3)***	10,14 (1-2) * (2-3)**	12,36 (1-3)*** (2-3)**
Тревожность (о)	18,87 (1-2)* (1-3)***	22,63 (1-2)*	25,71 (1-3)***
Гнев (о)	14,60 (1-2)** (1-3)***	19,18 (1-2)** (2-3)*	24,79 (1-3)*** (2-3)*
Познавательные эмоции (о)	12,47	11,61	11,86

Тревожность (до)	17,33 (1-3)**	20,61	23,00 (1-3)**
Гнев (до)	13,40 (1-2)* (1-3)**	16,92 (1-2)*	19,29(1-3)**
Познавательные эмо- ции (до)	11,07	9,80	10,00
Школьная тревож- ность	9,80 (1-3)*	12,80	15,93 (1-3)*
Самооценочная тре- вожность	7,00 (1-2)** (1-3)***	12,02 (1-2)** (2-3)**	17,14 (1-3)*** (2-3)**
Межличностная тре- вожность	6,93 (1-2)** (1-3)***	12,55 (1-2)** (2-3)*	17,86 (1-3)*** (2-3)*

Как видно из таблицы 2, существуют значимые различия между всеми показателями эмоциональных состояний у представителей 1-й и 3-й групп, причем в группе школьников с выраженной КЗ негативные эмоциональные состояния фиксируются на существенно более высоком уровне, чем для школьников с низкими уровнями КЗ. Характеристики познавательных эмоций также отличаются в указанных группах, и можно говорить о возможной тенденции к снижению позитивных познавательных эмоций в группе школьников с компьютерной зависимостью (эта тенденция на статистически значимом уровне подтверждена данными в таблицы 1).

Проведенное сравнение оценки школьниками своих эмоциональных состояний по методике А. Д. Андреевой для традиционной и дистанционной форм обучения показало, что для 1-й группы школьников не характерны значимые различия в эмоциональных реакциях, связанных с дистанционной и очной формами обучения. Для 2-й группы школьников характерны значимые ($p < 0,01$) снижения уровней тревожности и гнева для дистанционной формы обучения в сравнении с очной. Также для этой группы обнаружено значимое ($p < 0,001$) снижение познавательных эмоций в связи с участием в дистанционном обучении. Для 3-й группы школьников характерна тенденция ($p = 0,06$) к снижению уровня гнева при дистанционной форме обучения в сравнении с очной. Также для этой группы обнаружено значимое ($p < 0,01$) снижение познавательных эмоций в связи с участием в дистанционном обучении.

Анализ результатов, представленных в таблицах 1,2, позволяет сделать вывод о том, что группа школьников с высоким значением КЗ демонстрирует худшие уровни эмоционального благополучия по сравнению с 1-й и 2-й группами. Особенности проявлений эмоционального благополучия школьников в связи с различными формами учебной деятельности (очной и дистанционной) имеют сложную структуру – с одной стороны при дистанционной форме работы в двух анализируемых группах школьников (2-й и 3-й) существенно снижаются уровни тревожности и гнева, что может свидетельствовать о позитивных тенденциях в динамике эмоционального благополучия, с другой стороны – эти изменения сопровождаются негативными сдви-

гами (снижением) уровней познавательных эмоций, что может свидетельствовать об ухудшении характеристик эмоционального благополучия, связанного с учебной деятельностью. Только 1-я группа школьников демонстрирует относительно стабильный уровень эмоционального благополучия (в контексте рассматриваемых эмоциональных состояний), практически не зависящий от форм обучения. Такие отличия в откликах школьников исследуемых групп на разные формы обучения говорят о том, что существуют психологические переменные – модераторы, не вошедшие в поле исследуемых показателей, определяющие данные тенденции. В качестве одного из факторов, связанных с компьютерной зависимостью, необходимо отметить половые различия в группах (возрастные различия в группах отсутствуют – таблица 2). Так, в 1-й группе значимо выражено преобладание мальчиков, в 3-й – преобладание девочек. В связи с этим можно предположить, что более раннее вступление девочек в ситуацию кризиса подросткового возраста первично вызывает временные дисфункциональные психологические изменения, выражающиеся также в снижении мотивации к обучению, в поиске новых форм социальных взаимодействий с использованием цифровых технологий. В свою очередь данный процесс, если он становится ведущим для подростка, может приводить к формированию компьютерной зависимости, которая уже как автономный феномен жизнедеятельности начинает существенно влиять и на его эмоциональные состояния, и на общее психологическое благополучие.

По результатам проведенного исследования можно сделать выводы:

1. Школьники, характеризующиеся высокими уровнями КЗ (3-я группа), обладают высокими уровнями тревожности, гнева, а также более низкими уровнями познавательных эмоций в сравнении со школьниками, имеющими средние и низкие уровни КЗ, что подтверждается значимостью выявленных различий. Это может свидетельствовать о худшем эмоциональном благополучии подростков 3-й группы.

2. Дистанционная и очная формы обучения находят различное отражение в изменениях эмоционального благополучия учащихся исследуемых групп. Для группы учащихся с низкими уровнями КЗ показатели эмоциональных состояний практически не меняются, что может говорить об относительно стабильном уровне эмоционального благополучия в контекстах учебной деятельности. Для групп учащихся со средними и высокими уровнями КЗ наблюдаются специфические изменения в отдельных показателях эмоционального благополучия, что находит отражение в снижении негативных эмоций (тревожность, гнев) с одновременным снижением познавательных эмоций. В связи с этим возникает необходимость дальнейшего изучения структурно-динамических особенностей формирования эмоционального благополучия школьников подросткового возраста с учетом дополнительных психологических переменных.

3. Ограничения данного исследования связаны с особенностями используемых методик, ориентированных на изучение только эмоциональных аспектов психологического благополучия, что подразумевает дальнейшее развитие его результатов с привлечением дополнительного диагностического инструментария для детального изучения многомерного конструкта психологического благополучия школьников.

Список литературы

1. Ryff, C. D. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia / C. D. Ryff // *Psychother Psychosom.* – 2014. – № 83. – P. 10-28.
2. Diener, E. Subjective well-being: three decades of progress / E. Diener, E. M. Suh, R. E. Lucas, H. L. Smith // *Psychological Bulletin.* – 1999. – Vol. 125, № 2. – P. 276-302.
3. Bradburn, N. M. The Structure of Psychological Well-Being / N. M. Bradburn. – Chicago : Aldine publishing company, 1969. – 318 p.
4. Larsen, R. J. The regulation of emotional well-being: overcoming the hedonic treadmill / R. J. Larsen, Z. Prizmic // *The Science of Subjective Well-Being* / ed. by M. Eid and R. J. Larsen. – New York : Guilford, 2008. – P. 258-289.
5. Никулина, Д. С. Подходы к определению эмоционального благополучия / Д. С. Никулина // *Известия ЮФУ. Технические науки.* – 2008. – № 6. – С. 73-76.
6. Lucas, R. E., Diener E. Personality and subjective well-being / R. E. Lucas, E. Diener // *Handbook of personality: Theory and research* / ed. by O. John, R. Robins, L. Pervin. – New York : The Guilford Press, 2008. – P. 171-194.
7. Подольский, А. И. Психоземotionalное благополучие современных подростков: опыт международного исследования / А. И. Подольский, О. А. Карабанова, О. А. Идобаева, П. Хейманс // *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология.* – 2011. – № 2. – С. 9-15.
8. Трошихина, Е. Г. Тревожность и устойчивые эмоциональные состояния в структуре психоземotionalного благополучия / Е. Г. Трошихина, В. Р. Манукян // *Вестник СПбГУ. Психология и педагогика.* – 2017. – Т. 7, вып. 3. – С. 211-223.
9. Одинцова, В. В. Эмоциональное благополучие как интегративная характеристика эмоциональной сферы / В. В. Одинцова, Н. М. Горчакова // *Вестник СПбГУ. Серия 12.* – 2014. – Вып. 1. – С. 69-77.
10. Водяха, С. А. Эмоциональное благополучие как предиктор психического и соматического здоровья / С. А. Водяха // *Вестник СМУС.* – 2015. – № 1 (8). – С. 6-9.
11. Солдатова, Г. У. Безопасность подростков в Интернете: риски, совладание и родительская медиация / Г. У. Солдатова, Е. И. Рассказова // *Национальный психологический журнал.* – 2014. – № 3 (15). – С. 36-48.
12. Labrague, L. J. Facebook use and adolescents' emotional states of depression, anxiety, and stress / L. J. Labrague // *Health Science Journal.* – 2014. – № 8 (1). – P. 80-89.
13. Кувырталова, М. А. Цифровые технологии в деятельности педагогов современной школы: возможности, риски и их предупреждение / М. А. Кувырталова // *Цифровизация образования: вызовы современности : материалы Всероссийской научно-методической конференции с международным участием (Чебоксары, 13 ноября 2020 г.) / редкол.: Р. И. Кириллова, Н. Н. Тимофеева. – Чебоксары : ИД «Среда», 2020. – С. 133-136.*

14. Юрьева, Л. Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот. – Днепропетровск : Пороги, 2006. – 196 с.

15. Войсунский, А. Е. Диагностика зависимости от интернета: сравнение методических средств / А. Е. Войсунский, О. В. Митина, А. А. Гусейнова, Н. Э. Рустамова // Медицинская психология в России. – 2015. – № 4 (33). – С. 1-10.

16. Андреева, А. Д. Диагностика эмоционального отношения к учению в среднем и старшем школьном возрасте // А. Д. Андреева Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик. – М. : АПН СССР, 1988.

17. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – М. : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.

Борисова Ирина Вадимовна,

кандидат психологических наук, доцент, Брянский государственный университет им. академика И.Г. Петровского, г. Брянск, Россия

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи психологического благополучия и копинг-поведения студентов. Выявлены уровни выраженности компонентов психологического благополучия студентов. Установлено, что студенты видят ориентир в жизни и стремятся к нему, но при выстраивании продуктивных взаимоотношений с окружающими испытывают трудности. Изучены уровни выраженности копинг-стратегий среди студентов в трудных стрессовых ситуациях. Установлено, что наиболее популярные стратегии преодоления стрессовых ситуаций у студентов – это поиск социальной поддержки, избегание, агрессивные и осторожные действия. Ассертивные и асоциальные действия наименее популярны среди студентов в трудных ситуациях. Выявлена взаимосвязь между психологическим благополучием студентов и использованием копинг-стратегии социальный контакт в трудной стрессовой ситуации.

Ключевые слова: психологическое благополучие; копинг-стратегии; студенты; психология студентов; личность студента.

Borisova Irina Vadimovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Bryansk State University named after I.G. Petrovsky, Bryansk, Russia

RELATIONSHIP OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND COPING-BEHAVIOR OF STUDENTS

Abstract. The article presents the results of an empirical study of the relationship between psychological well-being and coping behavior of students. The levels of expression of the components of psychological well-being of students were revealed. It was found that students see a landmark in life and strive for it, but they experience difficulties in building productive relationships with others. The levels of expression of coping strategies among students in difficult stressful situations have been studied. It has been found that the most popular strategies for overcoming stressful situations among students are seeking social support, avoiding, aggressive and cautious actions. Assertive and asocial actions are the least popular among students in difficult situations. The relationship between the psychological well-being of students and the use of the coping strategy of social contact in a difficult stressful situation was revealed.

Keywords: psychological well-being; coping strategies; students; psychology of students; student personality.

Проблема психологического благополучия является актуальной и значимой на современном этапе развития общества [1; 4; 6]. Совладающее поведение студентов как сознательное поведение в трудных стрессовых ситуациях изучалась в работах разных авторов [2; 3; 5]. Однако проблема

взаимосвязи психологического благополучия и копинг-поведения студентов является недостаточно изученной в настоящее время.

Цель нашего эмпирического исследования – изучить взаимосвязь психологического благополучия и копинг-поведения студентов. Для достижения цели исследования использовались следующие методики: «Шкала психологического благополучия» Кэрл Рифф и «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций (SACS)» С. Хобфолл.

Уровни выраженности компонентов психологического благополучия студентов представлены в таблице 1.

Таблица 1

*Уровни выраженности компонентов
психологического благополучия студентов*

Степень	Позитивные отношения		Автономия		Управление средой		Личностный рост		Цель в жизни		Самопринятие	
	к	%	к	%	к	%	к	%	к	%	к	%
низкая	16	64	9	36	9	36	8	32	9	36	11	44
средняя	7	28	12	48	12	48	13	52	10	40	12	48
высокая	2	8	4	16	4	16	4	16	6	24	2	8

Как видно из таблицы 1, позитивные отношения 64% студентов проявляют на низком уровне, 28% – на среднем уровне и 8% – на высоком уровне. Автономия представлена у 36% студентов на низком уровне, у 48% – на среднем уровне и у 16% – на высоком уровне. Управление средой 36% студентов проявляют на низком уровне, 48% – на среднем уровне и 16% – на высоком уровне. Личностный рост представлен у 32% студентов на низком уровне, у 52% – на среднем уровне, у 16% – на высоком уровне. Цель в жизни 36% студентов выражена на низком уровне, 40% – на среднем уровне и 24% – на высоком уровне. Самопринятие 44% студентов проявляют на низком уровне, 48% – на среднем уровне и 8% на высоком уровне.

Таким образом, среди всех компонентов психологического благополучия у студентов наиболее выражена шкала «цель в жизни» и наименее выражена шкала «позитивные отношения». Полученные данные свидетельствуют, что в данной группе студенты видят ориентир в жизни и стремятся к нему, но выстраивать продуктивные взаимоотношения с окружающими им пока трудно.

Уровни выраженности психологического благополучия студентов представлены в таблице 2.

Таблица 2

Уровни выраженности психологического благополучия студентов

Степень благополучия	низкий	средний	высокий
Кол-во человек	11	10	4
Процентное соотношение	44%	40%	16%

Как видно из таблицы 2, психологическое благополучие на низком уровне представлено у 44% студентов, на среднем – у 40% и на высоком – у 16%. Можно сделать вывод о том, что почти половину студентов не испытывают удовлетворение собой и своей жизнью и нуждаются в психологической помощи и поддержке.

Уровни выраженности копинг-стратегий среди студентов представлены в таблице 3.

Таблица 3

Уровни выраженности копинг-стратегий среди студентов

Уровень копинга	Асс. д.		С. к.		П. с. п.		О. д.		И. д.		Из.		М. д.		Ас. д.		Агр. д.	
	к	%	к	%	к	%	к	%	к	%	к	%	к	%	к	%	к	%
низкая	10	40	5	20	7	28	1	4	8	32	0	0	7	28	11	44	4	16
средняя	11	44	11	44	2	8	12	48	11	44	11	44	11	44	8	32	6	24
высокая	4	16	9	36	16	64	12	48	6	24	14	56	7	28	6	24	15	60

Примечания: Асс. д. – ассертивные действия, С. к. – социальный контакт, П. с. п. – поиск социальной поддержки, О. д. – осторожные действия, И. д. – импульсивные действия, Из. – избегание, М. д. – манипулятивные действия, Ас. д. – асоциальные действия, Агр. д. – агрессивные действия.

Как видно из таблицы 3, ассертивные действия в сложных стрессовых ситуациях 40% студентов проявляют на низком уровне, 44% – на среднем уровне и 6% – на высоком уровне. Социальный контакт как способ преодоления в трудных ситуаций 20% участников используют на низком уровне, 44% – на среднем уровне и 36% – на высоком уровне. Поиск социальной поддержки как способ совладающего поведения 28% студентов используют на низком уровне, у 8% – на среднем уровне и у 64% – на высоком уровне. Осторожные действия проявляются у 4% студентов на низком уровне, 48% – на среднем уровне и 48% – на высоком уровне. Импульсивные действия в трудных стрессовых ситуациях проявляются у 32% опрошенных на низком уровне, у 44% – на среднем уровне и у 24% – на высоком уровне. Копинг избегание не проявляется у респондентов на низком уровне, на среднем проявляется у 44%, а на высоком у 56%. Манипулятивные действия проявляются у 28% опрошенных на низком, у 44% – на среднем и у 28% – на высоком уровнях. Асоциальные действия проявляются у 44% – на низком, у 32% – на среднем и у 24% – на высоком уровнях. Агрессивные действия проявляются на низком уровне у 16% опрошенных, на среднем у 24% и у 60% на высоком уровнях.

Можно сделать вывод, что наиболее популярными стратегиями преодоления стрессовых ситуаций среди студентов являются поиск социальной поддержки, избегание, агрессивные и осторожные действия. Такие стратегии как ассертивные и асоциальные действия наименее популярны среди студентов в трудных ситуациях.

Уровни выраженности индекса конструктивности копинг-стратегий студентов представлены в таблице 4.

Таблица 4

*Уровни выраженности индекса конструктивности
копинг-стратегий студентов*

Индекс конструктивности	низкий	средний	высокий
Кол-во человек	1	9	15
Процентное соотношение	4%	36%	60%

Как видно из таблицы 4, индекс конструктивности копинг-стратегий на низком уровне представлен у 4% опрошенных, на среднем – у 36% и на высоком – у 60%.

Большинство студентов в трудных стрессовых ситуациях используют конструктивный копинг, то есть их стратегии поведения действительно способствует наиболее эффективному преодолению стресса. У 36% опрошенных средняя степень конструктивности, их стратегии совладания со стрессом могут быть определены ситуацией, но действия недостаточно продуманы и соответствует ей. У 4% опрошенных низкие индекс конструктивности копинг-стратегий, то есть мы можем сделать вывод, что их способы преодоления стрессовых ситуаций не вариативные и настойчиво используются лишь одна не слишком продуктивная стратегия.

Результаты изучения взаимосвязи психологического благополучия и копинг-поведения студентов представлены в таблице 5.

Таблица 5

*Взаимосвязь психологического благополучия
и копинг-поведения студентов*

	Асс. д	С. к	П. с. п	О. д	И. д	Из	М. д	Ас. д	Агр. д
П.б	0,023	0,457*	0,179	0,38	-0,175	-0,15	-0,008	0,026	-0,213

Примечания: Асс. д – ассертивные действия, С. к. – социальный контакт, П. с. п. – поиск социальной поддержки, О. д. – осторожные действия, И. д. – импульсивные действия, Из. – избегание, М. д. – манипулятивные действия, Ас. д. – асоциальные действия, Агр. д. – агрессивные действия, П. б. – психологическое благополучие.

Как видно из таблицы 5, установлена взаимосвязь между психологическим благополучием студентов и использованием копинг-стратегии социальный контакт в трудной стрессовой ситуации. Взаимосвязь между психологическим благополучием и другими стратегиями копинг-поведения не выявлена.

Список литературы

1. Баева, И. А. Психологическая безопасность личности и ценности подростков и молодежи / И. А. Баева, Л. А. Гаязова, И. В. Кондакова, Е. Б. Лактионова // Психологическая наука и образование. – 2020. – Т. 25, № 6. – С. 5-18.
2. Борисова, И. В. Эмоциональный интеллект и способы совладающего поведения студентов-заочников педагогических специальностей / И. В. Борисова,

А. А. Зюзя, И. А. Мезенцева, Н. А. Климовцова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 9 (187). – С. 445-450.

3. Головей, Л. А. Роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в восприятии повседневных стрессоров / Л. А. Головей, М. Д. Петраш, О. Ю. Стрижицкая, С. С. Савенышева, И. Р. Муртазина // Консультативная психология и психотерапия. – 2018. – Т. 26, № 4. – С. 8-26.

4. Крюкова, Т. Л. Стили совладания с жизненными трудностями / Т. Л. Крюкова // Актуальные проблемы психологии личности : сб. науч. ст. : в 2 ч. Ч. 1 / науч. ред. К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ имени Я. Купалы, 2012.

5. Полищук, Е. С. Психологическое благополучие студенческой молодежи с разным уровнем ролевой виктимности / Е. С. Полищук // Психологическая наука и образование. – 2016. – Т. 8, № 1. – С. 35-44.

Миц Вадим Дмитриевич,

магистрант, Пензенский государственный университет, г. Пенза, Россия

Панова Татьяна Вячеславовна,

кандидат психологических наук, доцент, Пензенский государственный университет, г. Пенза, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ НАРКОЗАВИСИМЫХ

Аннотация. В статье рассмотрены психологические характеристики наркозависимых, представлены результаты психодиагностики лиц, употребляющих наркотические вещества: неадекватная самооценка, замкнутость, низкий уровень субъективного контроля, низкая толерантность по отношению к фрустрации, раздражительность, эмоциональная незрелость, неадекватная потребность в поиске ощущений, неумение контролировать собственные потребности.

Ключевые слова: клиническая психология; психологические характеристики; наркомания; наркозависимость; наркотики.

Mits Vadim Dmitrievich,

Master's Degree Student, Penza State University, Penza, Russia

Panova Tatyana Vyacheslavovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Penza State University, Penza, Russia

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DRUG ADDICTS

Abstract. The article considers the psychological characteristics of drug addicts, presents the results of psychodiagnostics of people who use narcotic substances: inadequate self-esteem, isolation, low level of subjective control, low tolerance to frustration, irritability, emotional immaturity, inadequate need to search for sensations, inability to control their own needs.

Keywords: clinical psychology; psychological characteristics; addiction; drug addict; drugs.

Экзистенциальный кризис у лиц, употребляющих наркотические вещества, способствует выбыванию их из общественной жизни – трудовой, политической, семейной, – вследствие физической, социальной деградации личности. Наркомания не минуемо порождает целый веер явлений чуждых обществу. Актуальность исследования заключается в том, что долгое время проблему наркомании в нашей стране рассматривали исключительно с медицинской точки зрения, где на первый план ставилось изучение воздействия наркотического вещества на физиологические процессы и общее состояние здоровья человека. Поэтому подход к лечению наркозависимых людей сводился в первую очередь к медикаментозным процедурам.

В зарубежной литературе мы находим исследования С. Фишера, А. Голдберга, Г. Эмбланда, Э. Ханзяна, Л. Вёрмсера, Г. Кристала, Э. Берна, Ст. Грофа, А. Менегетти, Н. Пезешкиана и других авторов о проблемах

аддиктивного поведения. В отечественных исследованиях проблемы зависимого поведения освещаются в работах А. О. Бухановского, Н. В. Дмитриевой, Е. В. Змановской, С. А. Кулакова, Ц. П. Короленко, И. Н. Пятницкой, О. С. Петровой, В. И. Шабалиной.

Раскрытие внутреннего мира наркозависимых личностей отражено в работах С. В. Березина, В. С. Битенского, К. С. Лисецкого, А. Е. Личко, О. П. Зинченко, В. Д. Менделевича, Ю. М. Миславского, Л. К. Шайдуковой. Также мы находим работы И. Г. Ванкона, А. Н. Ларина, А. В. Сухарева, П. Д. Шабанова, Л. К. Шайдуковой, раскрывающие некоторые методы психологической коррекции личностных характеристик больных наркотической зависимостью [1, с. 30]. На основе данных исследований, мы можем говорить о том, что разные формы зависимостей могут способствовать формированию различных психологических характеристик наркозависимых. Исходя из этого, актуальным является исследование психологических характеристик наркозависимых, для более эффективного психологического сопровождения и реабилитации лиц с различными формами наркотической зависимости.

На наш взгляд проблему употребления наркотиков стоит рассматривать как целостную проблему личности, включающую как физиологическую, так и психологическую составляющую. Поэтому задача психолога в работе с наркозависимыми людьми, должна строиться с учетом не только физиологических, но психологических характеристик наркоманов. В этом случае профилактическая, лечебная и реабилитационная работа приобретают новое содержание, а значит, и новые возможности. Практика показывает, что это сильно усложняет процедуру работы с наркозависимыми людьми, но зато существенно повышает конечный результат [2, с. 25].

Цель работы: изучение психологических характеристик наркозависимых для разработки профилактических мер и коррекционных программ в работе с этой категорией людей.

Гипотеза исследования основана на предположении, что для молодых наркозависимых людей характерны следующие психологические характеристики: неадекватная самооценка, замкнутость, низкий уровень субъективного контроля, низкая толерантность по отношению к фрустрации, раздражительность, эмоциональная незрелость, неадекватная потребность в поиске ощущений, неумение контролировать собственные потребности.

Методы исследования: анализ теоретических источников наблюдение, тестирование, опрос, методы статистической обработки данных (ϕ^* критерий Фишера – для изучения различий в уровне исследуемого признака).

Психодиагностические методики:

- тест Кеттелла (16 PF – Form C);
- тест-опросник субъективной локализации контроля (СЛК) С. Р. Пантелеева и В. В. Столина;
- шкала потребности в поиске ощущений (М. Цукерман).

Эмпирическая база исследования: благотворительный фонд помощи алко- и наркозависимым «Мосты» г. Пензы. В эмпирическом исследовании приняло участие 50 испытуемых, из них 25 человек, зависимых от наркотиков, и 25 человек, не имеющих зависимости.

Мы получили статистически значимые результаты по Тесту Кеттелла в группе наркозависимых:

- по фактору А, ориентированному на измерение общительности человека ($\varphi^*=3,34$; $p<0,01$) – замкнутость, необщительность, излишняя строгость в оценке людей;

- по фактору В – «интеллект» ($\varphi^*=2,34$; $p<0,01$) – ригидность мышления;

- по фактору С – «эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость» ($\varphi^*=4,44$; $p<0,01$). Т. е. наркозависимые отличаются эмоциональной незрелостью;

- по фактору О – «уверенность – тревожность» ($\varphi^*=3,31$; $p<0,01$) испытуемым свойственны высокая тревожность и неуверенность в себе;

- по фактору Q3, «низкий самоконтроль – высокий самоконтроль», измеряющего уровень внутреннего контроля поведения и свидетельствующего о неразвитом самоконтроле – ($\varphi^*=4,22$; $p<0,01$). Большинству испытуемых несвойственны: контроль своих эмоций и поведения, целенаправленность и интегрированность личности;

- по фактору Q4 – «расслабленность – напряженность» ($\varphi^*=2,34$; $p<0,01$). Наркозависимым свойственны напряженность, фрустрированность.

Таким образом, наркозависимые отличаются следующими психологическими характеристиками: необщительностью, замкнутостью, излишней строгостью в оценке людей. Они же скептически настроены, холодны по отношению к окружающим. В ходе опроса и наблюдения было так же выявлено, что у данной категории лиц нет близких друзей, с которыми можно быть откровенными. Они отличаются низкой толерантностью по отношению к фрустрации, подвержены чувствам, переменчивости интересов, имеют склонность к лабильности настроения, раздражительны, отличаются эмоциональной незрелостью.

По тесту СЛК для наркозависимых характерен низкий уровень интернальности, т. е. многие испытуемые склонны обвинять окружающих, социальную ситуацию в своих неудачах в различных сферах жизни ($\varphi^*=3,76$; $p<0,01$).

Анализируя результаты «Шкалы потребности в поиске ощущений», мы делаем вывод, что:

- для 75% наркозависимых характерен высокий уровень потребности в ощущениях. Это говорит о том, что у испытуемых преобладает бесконтрольное влечение к новым ощущениям. Это влечение часто провоцирует их на участие в каких-то рискованных мероприятиях;

– для 25% наркозависимых характерен низкий уровень потребности в ощущениях. Это говорит о том, что испытуемые предусмотрительны и осторожны, они предпочитают стабильность и боятся неизведанного, нового. Им очень трудно адаптироваться под новые условия жизни и ситуации. Они боятся и избегают их;

– средний уровень потребности в ощущениях выявлен у 5% наркозависимых. Т. е. данные испытуемые способны контролировать свои потребности, могут удовлетворять свои потребности.

После проведения данной диагностики, мы можем сделать вывод, что наркозависимым характерна неадекватная потребность в поиске ощущений, приводящая к неумению контролировать собственные потребности ($\phi^*=3,31$; $p<0,01$).

Таким образом, статистические результаты проведенного диагностического исследования, позволяют делать положительные выводы в сторону подтверждения эмпирической гипотезы о том, что для наркозависимых характерны следующие социально-психологические характеристики: неадекватная самооценка, замкнутость, низкий уровень субъективного контроля, скептичность, низкая толерантность по отношению к фрустрации, раздражительность, эмоциональная незрелость.

Практическая значимость исследования: результаты данного исследования могут быть использованы при построении и реализации реабилитационных программ для лиц с разными формами зависимости, а также при расширении теоретических знаний в сфере аддиктивной психологии при подготовке соответствующих специалистов.

Список литературы

1. Демина, Н. В. «Внутренняя» картина наркологической болезни / Н. В. Демина. – М., 2004. – 58 с.
2. Лисецкий, К. С. Психология и профилактика наркотической зависимости / К. С. Лисецкий, Е. В. Литягина. – Самара : Бахрах-М, 2008. – 224 с.

Жердева Людмила Алексеевна,

кандидат психологических наук, доцент, Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева, г. Орел, Россия

СВЯЗЬ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА С КОМПОНЕНТАМИ Я-КОНЦЕПЦИИ

Аннотация. В статье показана связь мотивации достижения с компонентами Я-концепции: закрытости, самоуверенности, саморуководства, отраженного самоотношения, самооценности, самопривязанности, внутренней конфликтности и самообвинения.

Ключевые слова: Я-концепция; мотивационная сфера; достижение успеха; самооценка; уровень притязаний; самоуверенность личности; саморуководство личности; самооценность личности; самопринятие личности.

Zherdeva Lyudmila Alekseevna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Orel State University named after I.S. Turgenev, Orel, Russia

THE RELATIONSHIP OF SUCCESS MOTIVATION WITH THE COMPONENTS OF THE SELF-CONCEPT

Abstract. The article shows the relationship of achievement motivation with the components of the Self-concept: closeness, self-confidence, self-leadership, reflected self-attitude, self-worth, self-attachment, internal conflict and self-blame.

Keywords: self-concept; motivational sphere; achieving success; self-esteem; level of claims; self-confidence of the person; self-guidance of the individual; the intrinsic value of the individual; self-acceptance of personality.

Работа посвящена связи мотивации достижения успеха с компонентами Я-концепции. Значительное число исследований посвящено Я-концепции (М. Бехтерев, С. С. Корсаков, И. М. Сеченов, И. А. Сикорский, М. И. Владиславлев, Г. И. Челпанов, И. И. Лапшин, Н. О. Лосский, В. В. Розанов, В. С. Серебrenников, С. Л. Франк, А. А. Деркач, В. Г. Зазыкин, Е. А. Климов, Н. В. Кузьмин, А. К. Марков, А. А. Реан, Е. Б. Старовойтенко, В. Д. Шадриков, Я. Л. Коломинский, А. А. Реан, М. В. Фирсов, В. С. Агапов, С. Р. Пантелеев) и мотивации достижения успеха (Х. Хекхаузен, Шмалт и Шнайдер (Heckhausen, Schmalt, Schneider), МакКлелланд (McClelland) и Вайнер (Weiner)), а также их связи (В. С. Агапов, Ф. Хоппе, П. В. Яньшин, Л. В. Бороздина и др.) [1; 3].

Как следует из анализа теоретической литературы существует связь Я-концепции и мотивации достижений успеха. Наиболее изучена связь мотивацией достижения успеха с такими компонентами Я-концепции как самооценка и уровень притязаний [2]. Однако, на наш взгляд, недостаточно изученным является связь мотивации достижения с другими компонентами Я-концепции: закрытости, самоуверенности, саморуководства, отра-

женного самоотношения, самооценности, самопривязанности, внутренней конфликтности и самообвинения.

В нашем исследовании в качестве объекта исследования выступают характеристики Я-концепции у индивидов с различной мотивацией. Предмет исследования – особенности проявления параметров Я-концепции у субъектов с мотивацией достижения успеха. Цель исследования: выявить специфику взаимосвязи «Я-концепции» и мотивации достижения.

Гипотезы исследования:

1. Между Я-концепцией и мотивацией достижения успеха существует взаимосвязь.

2. Субъекты с параметрами Я-концепции: самоуверенность, саморукводство, самооценность и самопринятие характеризуются мотивацией достижения успеха.

3. Субъекты с параметрами Я-концепции: замкнутость, внутренняя конфликтность и самообвинение характеризуются мотивацией избегания неудачи.

Задачи исследования:

1. Выявить особенности проявления мотивации достижения успеха.

2. Выявить особенности проявления Я-концепции.

3. Осуществить сравнительный анализ особенностей взаимосвязи Я-концепции и мотивации достижений успеха.

4. Разработать пути и средства коррекции мотивации избегания неудачи.

Методы исследования:

1. Для диагностики мотивации достижения успеха использовалась методика Т. Элерса.

2. Для изучения «Я-концепции» использовалась методика исследования самоотношения С. Р. Пантелеева (МИС).

3. Методика «Ценностных ориентаций» (М. Рокича).

4. Методика «Личностный семантический дифференциал» (Ч. Осгуда).

В основной части исследования приняли участие 68 человек: студенты заочники различных вузов г. Орла. Возраст – от 23 до 28 лет. Для углубленного изучения были отобраны крайние группы испытуемых – субъекты с мотивацией достижения и мотивации избегания неудачи 60 человек.

Для изучения «Я-концепции» была применена методика самоотношения Пантелеева. Результаты связи параметров «Я-концепции» с мотивацией достижения приведены в таблице 1.

Таблица 1

Количественное распределение испытуемых с различными уровнями мотивации достижения по параметрам самооотношения, в %

Испытуемые 60 чел.	Параметры самооотношения								
	Закрытость	Самоуверенность	Саморуководство	Огражденное самооотношение	Самоценность	Самопринятие	Самопривязанность	Внутренняя конфликтность	Самообвинение
Мотивация достижения 37 чел.	5,7	59	70,6	29,4	59	47,1	41,2	11,8	5,9
Мотивация избегания неудачи 23 чел.	53,7	15,4	7,7	23,1	7,7	0	38,5	92,3	92,3
Достоверность различий	P<0,05	P<0,05	P<0,001	н/д	P<0,01	P<0,001	н/д	P<0,001	P<0,001

Как видно из таблицы 1 закрытость, как параметр самооотношения, характерен в большей степени испытуемым с мотивацией избегания неудачи ($P<0,05$). Это означает, что такие испытуемые в отличие от испытуемых с мотивацией достижения успеха отличаются конформностью, выраженной мотивацией социального одобрения. В то время как испытуемые с мотивацией достижения характеризуются критичностью, глубоким осознанием себя, внутренней честностью и открытостью.

В частности испытуемые с мотивацией избегания неудач и закрытостью имеют выраженное защитное поведение, желание соответствовать общепринятым нормам поведения и взаимоотношений с окружающими людьми. Человек склонен избегать открытых отношений с самим собой; причиной может быть или недостаточность навыков рефлексии, поверхностное видение себя, или осознанное нежелание раскрывать себя, признавать существование личных проблем.

В отличие от них, среди испытуемых с мотивацией достижения преобладают люди с ориентацией на открытость отношений человека с самим собой, на достаточно развитую рефлексии и глубокое понимание себя. Человек критичен по отношению к себе. Во взаимоотношениях с людьми доминирует ориентация на собственное видение ситуации, происходящего.

Самоуверенность преобладает у испытуемых с мотивацией достижения успеха ($P<0,05$). Это может означать, что таким испытуемым присуще самоуважение, отношение к себе как к уверенному, самостоятельному,

волевому и надежному человеку, который знает, что ему есть за что себя уважать.

Такие люди проявляют выраженную самоуверенность, ощущение силы собственного «Я», высокую смелость в общении. Доминирует мотив успеха. Человек уважает себя, доволен собой, своими начинаниями и достижениями, ощущает свою компетентность и способность решать многие жизненные вопросы. Препятствия на пути к достижению цели воспринимаются как преодолимые. Проблемы затрагивают неглубоко, переживаются недолго.

Для испытуемых с мотивацией избегания неудачи характерна низкая самоуверенность, что отражает неуважение к себе, связанное с неуверенностью в своих возможностях, с сомнением в своих способностях. Человек не доверяет своим решениям, часто сомневается в способности преодолевать трудности и препятствия, достигать намеченные цели. Для таких людей возможны избегание контактов с другими людьми, глубокое погружение в собственные проблемы, внутренняя напряженность.

Как показывают данные исследования (табл. 1) среди испытуемых с мотивацией достижения успеха достоверно больше с высокими показателями по шкале саморуководство ($P < 0,001$). Это может означать, что такие испытуемые основным источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов считает себя. Человек переживает собственное «Я» как внутренний стержень, который координирует и направляет всю активность, организует поведение и отношения с людьми, что делает его способным прогнозировать свои действия и последствия возникающих контактов с окружающими. Он ощущает себя способным оказывать сопротивление внешним влияниям, противиться судьбе и стихии событий. Человеку свойствен контроль над эмоциональными реакциями и переживаниями по поводу себя.

Напротив, те испытуемые, которые отличаются мотивацией избегания неудач и низким уровнем саморуководства верят в подвластность своего «Я» внешним обстоятельствам и событиям. Механизмы саморегуляции у них ослаблены. Волевой контроль недостаточен для преодоления внешних и внутренних препятствий на пути к достижению цели. Основным источником происходящего с человеком признаются внешние обстоятельства. Причины, заключающиеся в себе, или отрицаются, или, что встречается довольно часто, вытесняются в подсознание. Переживания относительно собственного «Я» сопровождаются внутренним напряжением.

Как показывают данные исследования (табл. 1) среди испытуемых с мотивацией достижения успеха достоверно больше с высокими показателями по шкале самооценности ($P < 0,001$). Это может означать, что такие испытуемые высоко оценивают свой духовный потенциал, богатство своего внутреннего мира, они склонны воспринимать себя как индивидуальность и высоко ценить собственную неповторимость. Уверенность в себе

им помогает противостоять средовым воздействиям, рационально воспринимать критику в свой адрес.

Напротив, те испытуемые, которые отличаются мотивацией избегания неудач и низким уровнем самооценности говорят о глубоких сомнениях человека в уникальности своей личности, недооценке своего духовного «Я». Неуверенность в себе ослабляет их сопротивление средовым влияниям. Повышенная чувствительность к замечаниям и критике окружающих в свой адрес делает такого человека обидчивым и ранимым, склонным не доверять своей индивидуальности.

Согласно данным исследования (табл. 1) среди испытуемых с мотивацией достижения успеха достоверно больше с высокими показателями по шкале самопринятие ($P < 0,001$). Это может означать, что такие испытуемые характеризуются склонностью воспринимать все стороны своего «Я», принимать себя во всей полноте поведенческих проявлений. Общий фон восприятия себя положительный. Человек часто ощущает симпатию к себе, ко всем качествам своей личности. Свои недостатки считает продолжением достоинств. Неудачи, конфликтные ситуации не дают основания для того, чтобы считать, себя плохим человеком.

Напротив, те испытуемые, которые отличаются мотивацией избегания неудач и низким уровнем самопринятия указывают на общий негативный фон восприятия себя, на склонность воспринимать себя излишне критично. Симпатия к себе недостаточно выражена, проявляется эпизодически. Негативная оценка себя существует в разных формах: от описания себя в комическом свете до самоуничтожения.

Как видно из таблицы 1 внутренний конфликт, как параметр самоотношения, характерен в большей степени испытуемым с мотивацией избегания неудачи ($P < 0,01$). Это означает, что такие испытуемые в отличие от испытуемых с мотивацией достижения успеха отличаются наличием внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, выраженностью тенденций к самокопанию и рефлексии.

В частности, испытуемые с мотивацией избегания неудач и внутренней конфликтностью имеют преобладающий негативный фон отношения к себе. Такие люди находятся в состоянии постоянного контроля над своим «Я», стремятся к глубокой оценке всего, что происходит в их внутреннем мире. Развитая рефлексия переходит в самокопание, приводящее к нахождению осуждаемых в себе качеств и свойств. Они отличаются высокими требованиями к себе, что нередко приводит к конфликту между «Я» реальным и «Я» идеальным, между уровнем притязаний и фактическими достижениями, к признанию своей малоценности. Истинным источником своих достижений и неудач считают преимущественно себя.

В отличие от них, среди испытуемых с мотивацией достижения мало-выраженным внутренним конфликтом преобладают такие люди, кто в целом положительно относится к себе, ощущает баланс между собственными

возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями, доволен сложившейся жизненной ситуацией и собой. Но, при этом возможны отрицание своих проблем и поверхностное восприятие себя.

Как видно из таблицы 1 самообвинение, как параметр самоотношения, характерен в большей степени испытуемым с мотивацией избегания неудач ($P < 0,001$). Это означает, что такие испытуемые в отличие от испытуемых с мотивацией достижения успеха отличаются выраженностью отрицательных эмоций в адрес своего «Я».

В частности, испытуемые с мотивацией избегания неудач и самообвинением имеют преобладающий негативный фон отношения к себе. Такие люди видят в себе прежде всего недостатки, многие готовы поставить себе в вину все свои промахи и неудачи. Проблемные ситуации, конфликты в сфере общения актуализируют сложившиеся психологические защиты, среди которых доминируют реакции защиты собственного «Я» в виде порицания, осуждения себя или привлечения смягчающих обстоятельств. Установка на самообвинение у них сопровождается развитием внутреннего напряжения, ощущением невозможности удовлетворения основных потребностей.

Иначе характеризуются испытуемые с мотивацией достижения и маловыраженным самообвинением. Они обнаруживают тенденцию к отрицанию собственной вины в конфликтных ситуациях. Защита собственного «Я» осуществляется путем обвинения преимущественно других, перенесением ответственности на окружающих за устранение барьеров на пути к достижению цели. Ощущение удовлетворенности собой сочетания с порицанием других, поисками в них источников всех неприятностей и бед.

Для более глубокого изучения особенностей Я-концепции у субъектов с мотивацией достижения были использованы дополнительные методики:

- методика «Ценностных ориентаций» (М. Рокича);
- методика «Личностный семантический дифференциал» (Ч. Осгуд).

Качественный и количественный анализ полученных результатов подтвердил выдвинутую гипотезу о наличии связи между «Я-концепцией» и мотивацией достижения успеха. Субъекты с мотивацией достижения успеха характеризуются самоуверенностью, саморуководством, самооценностью и самопринятием. Субъекты с мотивацией избегания неудачи характеризуются замкнутостью, внутренней конфликтностью и самообвинением.

Исследование особенностей эмоциональной сферы и устойчивых эмоциональных переживаний показало: у субъектов с мотивацией достижения преобладает низкий уровень выраженности субъективного чувства незащищенности (75%), низкий уровень выраженности чувства недоверия к себе (95%), низкий уровень выраженности чувства неполноценности (95%), низкий уровень выраженности враждебности (90%), преобладает низкий уровень выраженности конфликтности (100%), низкий уровень

субъективно переживаемых трудностей в общении (80%), низкий уровень депрессивности (80%).

Исследование ценностных ориентаций показало: у субъектов с мотивацией достижения преобладают такие Т-ценности, как здоровье, счастливая семейная жизнь, любовь, интересная работа, уверенность в себе, наличие хороших и верных друзей (у 65%), и такие И-ценности, как ответственность, исполнительность, твердая воля, рационализм, самоконтроль, жизнерадостность (у 80%).

Результаты, полученные в работе, имеют практическое значение с одной стороны для разработки путей и способов преодоления негативного влияния мотивации избегания неудачи на формирование «Я-концепции», с другой – открывают пути профилактики и психокоррекции развития непродуктивных вариантов мотивации. В ходе исследования разработаны программы для практических психологов по развитию продуктивных вариантов формирования мотивации. Полученные данные могут быть использованы в процессе подготовки и переподготовки психологов и педагогов, при консультировании социальных работников, руководителей различного звена.

Список литературы

1. Агапов, В. С. Становление Я-концепции личности: теория и практика / В. С. Агапов. – М. : Институт молодежи, 2004. – 164 с.
2. Агапов, В. С. Становление профессиональной Я-концепции руководителя системы образования / В. С. Агапов, Т. И. Салимова. – М. : АПКППРО, 2006. – 135 с.
3. Агапов, В. С. Сущностная характеристика «Я-концепции» : учеб.-метод. пособие / В. С. Агапов. – М. : Изд-во «МГСА РПО», 2011. – 126 с.

Панкова Дарья Павловна,

преподаватель, Московский государственный медико-стоматологический университет им. А.И. Евдокимова, г. Москва, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ МАТЕРЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОЙ ИЗОЛЯЦИИ (КАРАНТИНА)

Аннотация. В данной работе исследуются соотношение качества жизни и жизнестойкости матерей, находящихся в условиях социальной изоляции. В ситуации социальной изоляции у матерей повышаются показатели жизнестойкости, что отражается на их ощущении субъективного благополучия.

Ключевые слова: качество жизни; жизнестойкость личности; социальная изоляция; материнство; психологическое благополучие.

Pankova Darya Pavlovna,

Lecturer, Moscow State University of Medicine and Dentistry named after A.I. Evdokimov, Moscow, Russia

HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE OF MOTHERS IN CONDITIONS OF SOCIAL ISOLATION

Abstract. In this work, we investigate relation of health-related quality of life and hardiness of mothers in conditions of social isolation. In a situation of social isolation, mothers have improved hardiness, which is reflected in their sense of subjective well-being.

Keywords: the quality of life; the vitality of the individual; social isolation; motherhood; psychological well-being.

Введение. Социальная жизнь, общение являются важными составляющими жизнедеятельности человека. Ощущение неопределенности и потеря привычного образа жизни ведет к возрастанию напряжения, повышению тревоги [1, с. 40]. Продолжительная социальная изоляция оказывает сильное влияние на поведение и эмоциональное состояние, а также на качество жизни [2, с. 37].

Материалы и методы. Исследование проведено на женщинах от 25 до 49 лет, имеющих как минимум одного ребенка. В целом количество испытуемых составило 49 человек. Исследование проводилось в период социальной изоляции (карантина). Методики для исследования: опросник качества жизни ВОЗ (ВОЗКЖ-26) был разработан Всемирной организацией здравоохранения для оценки качества жизни; тест жизнестойкости / Hardiness Survey С. Мадди в адаптации Д. А. Леонтьевым, Е. И. Рассказовой для выявления жизнестойкости и ее компонентов (вовлеченность, контроль, принятие риска); шкала субъективного благополучия была разработана французскими психологами Perrudent-Badox, Mendelsohn и Chiche (адаптация методики к русской выборке проведена в НПЦ «Психодиагностика» Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова).

Результаты. В данной работе исследуются соотношение качества жизни и жизнестойкости матерей, находящихся в условиях социальной изоляции. У матерей, работающих дистанционно показатели физического благополучия выше, чем у матерей, работающих с выездом из дома в условиях социальной изоляции (табл. 1). При этом показатели социального благополучия выше у матерей, работающих дистанционно. На психологические аспекты качества жизни матерей также влияет форма работы супруга: очная и дистанционная. При дистанционной работе супруга показатели социального благополучия матерей выше, чем при работе супруга с выездом из дома в условиях социальной изоляции (табл. 2). Корреляционный анализ показал – при высоких значениях жизнестойкости повышаются отдельные параметры качества жизни и снижаются показатели субъективного благополучия.

Таблица 1

Распределение средних показателей шкал измерения качества жизни у матерей, работающих дистанционно / с выездом из дома в период социальной изоляции

Шкалы опросника качества жизни (ВОЗКЖ-26)	Группы	N	Среднее	Значимость двухсторонняя
Физическое и психологическое благополучие	Матери, работающие дистанционно в период социальной изоляции	11	18,27	0,02
	Матери, работающие с выездом из дома в период социальной изоляции	28	21,18	0,04
Социальное благополучие	Матери, работающие дистанционно в период социальной изоляции	11	27,09	0,09
	Матери, работающие с выездом из дома в период социальной изоляции	28	24,43	0,07

Таблица 2

Распределение средних показателей шкал измерения качества жизни у матерей, супруги которых работают дистанционно / с выездом из дома в период социальной изоляции

Шкалы опросника качества жизни (ВОЗКЖ-26)	Группы	N	Среднее	Значимость двухсторонняя
Социальное благополучие	Супруг, работающий дистанционно в период социальной изоляции	12	28,50	0,03
	Супруг, работающий с выездом из дома в период самонизоляции	16	25,00	0,04

Выводы. Изменение привычного образа жизни и неопределенность в жизнедеятельности матерей меняют их показатели качества жизни. В ситуации социальной изоляции у матерей повышаются показатели жизнестойкости, что отражается на их ощущении субъективного благополучия.

Список литературы

1. Федосенко, Е. В. Жизнь после карантина: психология смыслов и коронавируса COVID-19 / Е. В. Федосенко // Психологические проблемы смысла жизни и АКМЕ : материалы XXV Международного симпозиума «Психологические проблемы смысла жизни и АКМЕ» 15-16 апреля 2020 г. – М., 2020. – С. 34-47.

2. Impact of isolation precautions on quality of life: a meta-analysis / A. Sharmaa, D. R. Pillai, M. Lu [и др.] // Journal of Hospital Infection. – 2020. – № 105/1. – С. 35-42.

Яремчук Светлана Владимировна,

кандидат психологических наук, доцент, Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, г. Комсомольск-на-Амуре, Россия

ЦЕННОСТИ И СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ СТАРШЕКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ

Аннотация. Статья отражает результаты эмпирического изучения терминальных ценностей учащихся старших классов 16-17 лет и их субъективного благополучия. Исследование показывает, что в период пандемии возрастает ценность свободы, здоровья и уверенности в себе. Уровень субъективного благополучия в условиях пандемии снижается незначительно, поддерживаясь ценностями активной жизни и эстетическими ценностями. Субъективная оценка счастья зависит также от значимости социальных ценностей (любви и дружеских связей).

Ключевые слова: терминальные ценности; субъективное благополучие; удовлетворенность жизнью; счастье; пандемия; коронавирус; COVID-2019; старшеклассники.

Yaremchuk Svetlana Vladimirovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Amur State University of Humanities and Pedagogy, Komsomolsk-on-Amur, Russia

VALUE ORIENTATIONS AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN EARLY ADULTHOOD DURING THE COVID-2019 PANDEMIC

Abstract. The article describes the results of empirical study of the terminal values and subjective well-being. Participants of the study were 116 high school students, aged 16-17. Research shows increasing the values of freedom, health and self-confidence during the pandemic. The level of subjective well-being doesn't significantly decrease during the COVID-2019 pandemic, one are supporting by the values of active life and aesthetic values. The level of happiness depends on the social values (love and friendships).

Keywords: terminal values; subjective well-being; life satisfaction; happiness; pandemic; coronavirus; COVID-2019; high school students.

Ситуация пандемии, сложившаяся в 2020 г., оказала сильное влияние на психологическое благополучие человека, затрудняя удовлетворение базовых потребностей, угнетая свободу жизненных проявлений [1], делая недоступными свободу перемещений и прежний уровень жизни [2]. В результате анализа Н. В. Костюка с соавторами [3] выявлено, что в условиях вынужденной самоизоляции наиболее блокированными оказываются гедонистические потребности (наслаждение, удовольствие); потребность восстановления энергии; потребность движения, двигательной активности; потребность в свободе; потребность в общении. При этом пандемия обостряет проблемы молодежи, разрешение которых требует изменения их системы ценностно-смысловых ориентиров [4].

Среди большого числа работ по изучению влияния пандемии на внутренний мир человека, исследований, посвященных изменениям ценностно-

смысловой сферы личности, крайне мало. Так, Т. Евсюкова и О. Глухова [9] в своем исследовании обнаруживают, что пандемия актуализирует прежде всего три ценности: безопасность, конформность и благожелательность, укрепляются ценности, обеспечивающие устойчивость общества и заботу о других. Вместе с тем, это исследование касается взрослых людей, а не юношества, которое является наиболее уязвимой группой в условиях глобальных преобразований [6].

Вместе с тем, интересным представляется как изучение изменений, происходящих с ценностями молодежи в период пандемии, так и взаимосвязь ценностей с субъективным благополучием молодых людей.

Для решения этой задачи нами было проведено исследование, направленное на сравнение ценностей старшеклассников в 2018 и 2020 гг. В исследовании приняли участие 116 учащихся старших классов г. Комсомольска-на-Амуре в возрасте 16-17 лет (средний возраст 16,8 лет). В выборку 2018 г. вошли 70 школьников 16-17 лет (22 юношей и 48 девушек), в выборку 2020 г. – 46 испытуемых (12 юношей и 34 девушки). Сбор данных во время пандемии COVID-19 в 2020 г. проходил в дистанционном формате.

Оценка субъективного благополучия старшеклассников осуществлялась по двум критериям: удовлетворенность жизнью и субъективная оценка счастья. Испытуемым было необходимо на шкале от 0 до 10 баллов отметить, насколько они счастливы и удовлетворены своей жизнью [7].

Для изучения ценностей старшеклассников была использована методика Е. Б. Фанталовой [5], в которой по десятибалльной шкале оценивались 12 терминальных ценностей, выделенных М. Рокичем: активная, деятельная жизнь; физическое и психическое здоровье; интересная работа; красота природы и искусства; любовь; материально-обеспеченная жизнь; наличие хороших и верных друзей; уверенность в себе; познание; свобода как независимость в поступках и действиях; счастливая семейная жизнь; творчество.

Значимые различия между показателями, полученными в разное время, измерялись по t-критерию Стьюдента. Взаимосвязь между показателями выявлялась с помощью критерия r_{xy} – Пирсона.

Сравнение показателей субъективного благополучия до и во время пандемии (табл. 1) показывает незначительное снижение как удовлетворенности жизнью, так и субъективной оценки счастья у старшеклассников.

Таблица 1

Показатели субъективного благополучия старшеклассников до периода пандемии (2018 год) и в период пандемии (2020 год)

Показатели субъективного благополучия	Средние значения		t-критерий Стьюдента
	2018 год	2020 год	
Удовлетворенность жизнью	7,59	6,83	-1,83
Оценка счастья	7,69	7,12	-1,32

Однако если до пандемии оба компонента находились в диапазоне «золотого стандарта» ($7,5 \pm 0,25$) благополучия [8], оптимального для существования человека, то в период пандемии они выходят за нижнюю границу, усиливая побуждение к преобразованию жизни и овладению ситуацией.

Что касается терминальных ценностей, то были обнаружены как значимые изменения, так и преобразования в иерархической системе ценностей (табл. 2).

Таблица 2

*Выраженность жизненных ценностей старшеклассников
до периода пандемии (2018 год) и в период пандемии (2020 год)*

Жизненные ценности	Средние значения		t-критерий Стьюдента
	2018 год	2019 год	
Активная, деятельная жизнь	8,23	8,00	-0,54
Здоровье	8,80	9,33	1,51
Интересная работа	8,50	7,74	-1,53
Красота природы и искусства	7,49	7,13	-0,67
Любовь	8,39	8,37	-0,03
Материально-обеспеченная жизнь	8,87	8,91	0,12
Наличие хороших друзей	9,34	8,48	-2,43*
Уверенность в себе	8,57	9,28	1,94
Познание	8,70	8,93	0,61
Свобода	8,74	9,59	2,86**
Счастливая семейная жизнь	9,17	9,00	-0,47
Творчество	7,81	8,65	1,89

В доковидном периоде в тройку наиболее значимых ценностей старшеклассников входили ценность друзей (средняя оценка – 9,34), счастливой семейной жизни (9,17) и материально-обеспеченной жизни (8,87), а самые низкие позиции занимали красота природы и искусства (7,49), творчество (7,81) и активная деятельная жизнь (8,23). В период пандемии ценности, находящиеся внизу иерархической лестницы, практически не изменились: к ним также относятся красота природы (7,13) и активная деятельная жизнь (8,00), однако незначительное повышение ценности творчества и снижение ценности интересной работы привело к преобразованию иерархии.

Более существенные изменения касаются приоритетных для старшеклассников ценностей. Значимое снижение ценности друзей ($t=-2,43$, значимо для $p \leq 0,05$) выводит ее из тройки лидеров, в которой первое место в период пандемии занимает ценность свободы. Значимость свободы в это время значимо возрастает ($t=2,86$, значимо для $p \leq 0,01$), что может объясняться переосмыслением старшеклассниками своей жизни в условиях налагаемых внешних ограничений, существенно затрудняющих свободу передвижения, контактирования с людьми, выбора способа времяпровождения и т. д. Внешние ограничения, лимитирующие реализацию сво-

боды, повышают ее ценность в сознании молодых людей, помогают осознать ее значимость, которая становится для них приоритетной.

В тройке наиболее значимых ценностей в период пандемии оказывается здоровье, которое также находится под угрозой в силу распространения коронавирусной инфекции. Замыкает тройку приоритетных ценностей уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений), которая в условиях длительных экстремальных условий пандемии фрустрируется за счет ситуации неопределенности, неуправляемости и сложности прогнозирования ситуации.

Таким образом, ситуация пандемии ведет к осознанию старшеклассниками ценности свободы, здоровья и уверенности в себе, которые попадают под удар сложившихся экстремальных условий. Дефицитарность привычных жизненных ценностей повышает их значимость для молодежи.

Однако интересным фактом, обнаруживаемым в исследовании, явилось то, что субъективное благополучие оказалось не связанным с этими ценностями, которые подвергались переоценке в кризисный период (табл. 3).

Таблица 3

Взаимосвязь выраженности жизненных ценностей старшеклассников с показателями субъективного благополучия (по критерию Пирсона)

Ценности	2018 год		2020 год	
	Удовлетворенность жизнью	Оценка счастья	Удовлетворенность жизнью	Оценка счастья
Активная, деятельная жизнь	0,245*	0,282*	0,305*	0,437**
Здоровье	0,225	0,235	0,078	0,148
Интересная работа	-0,027	0,076	0,128	0,118
Красота природы и искусства	0,170	0,066	0,327*	0,372*
Любовь	-0,153	-0,038	0,239	0,333*
Материально-обеспеченная жизнь	-0,066	0,046	0,214	0,266
Наличие хороших друзей	-0,145	-0,063	0,244	0,325*
Уверенность в себе	0,131	0,210	0,172	0,053
Познание	0,082	0,084	0,285	0,184
Свобода	-0,009	0,136	-0,177	-0,060
Счастливая семейная жизнь	0,215	0,170	0,205	0,274
Творчество	0,002	-0,031	0,139	0,028

Единственной ценностью, связанной с обоими показателями субъективного благополучия, как в период пандемии, так и до нее, оказалась ценность активной деятельной жизни, которая по результатам исследования и в 2018, и в 2020 г. оказывалась в тройке наименее выраженных цен-

ностей старшеклассников. Вместе с тем, именно эта ценность сопряжена с удовлетворенностью жизнью и субъективной оценкой счастья: старшеклассники, ценящие активную жизнь, более удовлетворены жизнью и счастливы. В условиях пандемии обнаруживается еще одна ценность – аутсайдер, обеспечивающая сохранение субъективного благополучия, – это ценность красоты природы и искусства. Чем выше оценка эстетических ценностей молодыми людьми, тем выше их удовлетворенность жизнью и переживание позитивных эмоций в период пандемии. Таким образом, поддерживающими субъективное благополучие в период распространения коронавирусной инфекции оказываются малозначимые для старшеклассников ценности активной жизни и красоты природы и искусства.

С субъективной оценкой счастья оказались также связаны социальные ценности: ценность любви и верных друзей. Эти ценности поддерживают переживание позитивного аффекта в ситуации мирового кризиса, обеспечивая молодежи социальную поддержку близких.

В результате исследования можно сделать следующие выводы:

1. В период пандемии актуализируются ценности свободы, здоровья и уверенности в себе, при этом снижается ценность дружеских связей.
2. Уровень субъективного благополучия в условиях пандемии снижается незначительно, поддерживаясь преимущественно ценностями активной деятельной жизни и эстетическими ценностями. Величина позитивного аффекта при этом зависит от социальных ценностей (любви и дружеских связей).

Список литературы

1. Логинова, И. О. Особенности устойчивости жизненного мира людей в период пандемии COVID-19 / И. О. Логинова // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. – 2020. – № 52 (2). – С. 183-196.
2. Островский, Д. И. Влияние новой коронавирусной инфекции COVID-19 на психическое здоровье человека (обзор литературы) / Д. И. Островский, Т. И. Иванова // Омский психиатрический журнал. – 2020. – № 2-1S (24). – С. 4-10.
3. Социальнокультурные потребности жителей Кузбасса в условиях самоизоляции / Н. В. Костюк // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. – 2020. – № 52. – С. 29-36.
4. Ульянина, О. А. Социально-психологические риски для человека и общества в условиях пандемии / О. А. Ульянина // Вестник МГПУ. Серия «Педагогика и психология». – 2020. – № 2. – С. 46-54.
5. Фанталова, Е. Б. Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах»: психометрическое исследование показателей / Е. Б. Фанталова // Мир психологии. – 2011. – № 2 (66). – С. 228-243.
6. Холодова, Ю. Б. Особенности переживания тревоги в период пандемии COVID-19 представителями разных возрастных групп / Ю. Б. Холодова // International Journal Of Medicine And Psychology. – 2020. – № 2 (3). – С. 114-117.

7. Яремчук, С. В. Саморазвитие и субъективное благополучие современной молодежи : монография / С. В. Яремчук, Е. Ф. Новгородова. – М. : ИНФРА-М, 2015. – 142 с.
8. Cummins, R. A. On the trail of the gold standard for subjective well-being / R. A. Cummins // Social Indicators Research. – 1995. – № 2. – P. 179-200.
9. Evsyukova, T. The Post-Pandemic Values in Global Culture and Language. EpSBS / T. Evsyukova, O. Glukhova // European Proceedings of Social and Behavioural Sciences EpSBS. – 2020. – Vol. 98. – P. 692-700.

Тарасенко Мария Владимировна,

магистрант, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Водяха Сергей Анатольевич,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ В ДИСГАРМОНИЧНЫХ СЕМЬЯХ

Аннотация. Психологическое благополучие ребенка во многом зависит от стиля детско-родительских отношений. Автор разработал коррекционную программу, направленную на оптимизацию детско-родительских отношений. После проведения разработанного социально-психологического тренинга значительно повысилась адаптация, кооперация, симбиоз, контроль и отношение к неудачам ребенка. Также статистически значительно снизились требовательность, строгость, воспитательная конфронтация. В то же время повысились показатели по шкалам близость, принятие, сотрудничество, удовлетворенность отношениями с ребенком.

Ключевые слова: психологическое благополучие; психокоррекционная работа; дети; родители; семейное воспитание; детско-родительские отношения; коррекция детско-родительских отношений; дисгармоничные семьи; стили детско-родительских отношений.

Tarasenko Maria Vladimirovna,

Master's Degree Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Vodyakha Sergey Anatolyevich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PSYCHO-CORRECTION OF CHILD-PARENTAL RELATIONS IN DISHARMONIC FAMILIES

Abstract. The psychological well-being of a child largely depends on the style of parent-child relationships. The author has developed a correctional program aimed at optimizing parent-child relationships. After the developed socio-psychological training was carried out, adaptation, cooperation, symbiosis, control and attitude towards the child's failures significantly increased. Demandingness, severity, and educational confrontation also decreased statistically significantly. At the same time, the indicators on the scales of proximity, acceptance, cooperation, satisfaction with the relationship with the child increased.

Keywords: psychological well-being; psychocorrectional work; children; parents; family education; child-parent relationship; correction of parent-child relationships; disharmonious families; parenting styles.

И. А. Кулькова отмечает, что детям, воспитывающимся в дисгармоничных семьях, требуется поддержка, заключающаяся в развитии внутреннего «Я» и личности ребенка [2]. Потребности и чувства ребенка – это

важные ресурсы, которые необходимо реализовывать в среде проживания. В семье значительное место должно занимать создание спокойной, теплой и доверительной атмосферы. Необходимо следить за психоэмоциональным состоянием ребенка, обеспечивать им психологический комфорт. Родители должны сделать акцент на развитии способности ребенка выражать свои мысли и чувства.

Для определения направления коррекционной работы в первую очередь проводится психологическая диагностика детско-родительских отношений. Для диагностики детско-родительских отношений используется множество методик и методов.

В первую очередь проводится опрос родителей о признаках и проблемах нарушения детско-родительских отношений. Наиболее характерными признаками являются [4]:

- проблемное поведение школьника (тревожность, агрессия, замкнутость и др.);
- рост напряжения в подсистеме родитель-ребенок, который выражается возникновении конфликтов, претензиях и обидах;
- существенное резкое падение школьной успеваемости;
- возникновение у ребенка соматических проблем (бессонница, головные боли, дерматиты и др.).

Выдвижение терапевтических гипотез и их проверка заключается в определении вектора напряженности в семье, в частности, посредством установления представлений членов семьи о желаемых и имеющихся отношениях, ролях в семье, степени близости, семейных правилах.

Исследование детско-родительских отношений в семьях, направлено на решение двух основных задач, которые способствуют выбору методик [1]:

1. Диагностика межличностных отношений в системе «родитель-ребенок». Важным аспектом деятельности психолога становится работа с родителями, определяющими развитие уникальной социальной ситуации развития ребенка. Исследуя межличностные отношения с точки зрения родителя, психолог обращает внимание на следующие аспекты: тип воспитания в семье, нарушение воспитательного процесса, родительские реакции и установки, отношение родителей к жизни в семье и к ребенку, уровень родительской компетенции, детерминанты нарушений воспитания и др.

Важнейшим фактором психического развития ребенка являются детско-родительские отношения. В этой связи психологическое консультирование проводится с позиции возрастно-психологического подхода [3]. Задачами подхода являются: контролирование психологического и личностного развития ребенка, коррекция дисгармоничных детско-родительских отношений, информирование родителей об индивидуально-личностных и возрастных особенностях развития ребенка, разработка индивидуальных рекомендаций по воспитанию детей. Поэтому подход всегда включает в себя психодиагностическое обследование ребенка.

Одной из традиционных форм обследования является беседа с участием как минимум мамы и ребенка. В рамках беседы психолог определяет запросы и более активно работает с тем участником, у которого запрос имеется. Наиболее часто запрос исходит от родителя.

Особенностью подхода является то, что дети младшего школьного возраста (а также дошкольного) могут существенно затрудняться при описании своего видения проблемы и своих переживаний. В таких случаях для получения объективной информации применяют элементы экспрессивных техник (сказкотерапии, методы песочной терапии, арт-терапию).

На современном этапе кроме традиционных форм и методов есть и альтернативные формы проведения консультаций, включая использование технологических средств (телефонные звонки, ко-терапию, домашние визиты).

Выборка включала 32 семьи младших школьников. Исследование проводилось на базе 1 школы г. Екатеринбурга.

Проводилась беседа с родителями школьников, в которой определялись основные проблемы, которые беспокоят родителей в общении с ребенком.

Для определения особенностей детско-родительских отношений в дисгармоничных семьях проводилось комплексное исследование, включающее в себя следующие методы и методики:

1. Тест-опросник родительского отношения – ОРО (В. В. Столина, А. Я. Варга). ОРО – это методика для диагностики родительского отношения у родителей (опекунов и др.), которые обращаются по вопросам воспитания и общения с детьми за психологической помощью. В рамках ОРО под родительским отношением понимается система чувств по отношению к ребенку, особенности его восприятия, поведенческие стереотипы общения с ребенком, особенности понимания его личности и характера. ОРО включает пять шкал, социальная желательность поведения ребенка, принятие-отвержение, авторитарный контроль, симбиоз, отношение к неудачам. На 61 вопрос теста надо отвечать согласием-несогласием. Целевая аудитория ОРО – родители детей 3-10 лет.

2. Опросник «Взаимодействие родитель-ребенок (ВРР) (вариант для родителей дошкольников и младших школьников). Необходимо отметить, что понятие «взаимодействие» И. М. Марковской трактуется широко, включая в себя: особенности воспитательной позиции, удовлетворенность и согласованность участников взаимодействия, эмоциональное отношение родителей к ребенку. Опросник включает 60 вопросов.

3. Методика Р. Жилия направлена на исследование социальной приспособленности ребенка от 4 до 12 лет, черт его личности и некоторых поведенческих характеристик, его взаимоотношений с окружающими. При использовании методики можно существенно расширить представление о внутреннем мире ребенка. Тест визуально-вербальный, включает 42 картинки и 17 текстовых заданий.

При интерпретации результатов эмпирического исследования использованы методы математической статистики (Wilcoxon, p-value).

Генеральная совокупность – общее количество семей, имеющих детей младшего школьного возраста, в г. Екатеринбурге.

Выборочной совокупностью являются 32 семьи, имеющие детей младшего школьного возраста. Тип отбора выборки – механический отбор среди избранной генеральной совокупности. Для населения г. Екатеринбурга тип отбора выборки можно считать многоступенчатым.

Определим статистическую значимость полученных различий.

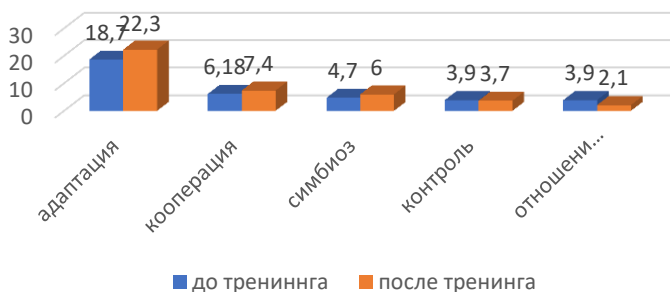


Рис. 1. Различия в выраженности показателей детско-родительских отношений до и после тренинга

Сравним изменение уровней показателей в количественном выражении по каждой шкале.

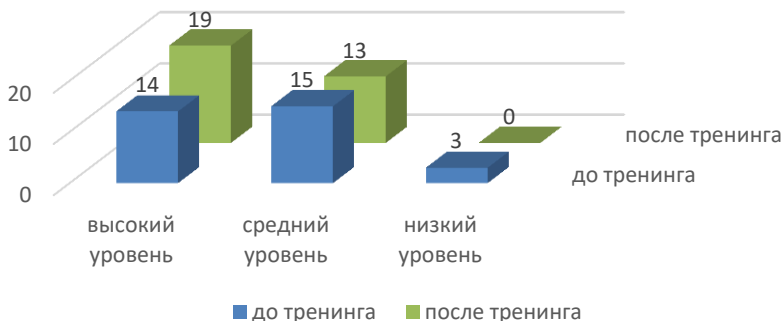


Рис. 2. Изменение уровней адаптации после тренинга

Можно заметить, что по шкале адаптации после тренинга отсутствует низкий уровень принятия ребенка (с 9% до 0%), количество родителей с

высоким уровнем увеличилось (с 44% до 60%), количество родителей со средним уровнем уменьшилось (с 47% до 40%).

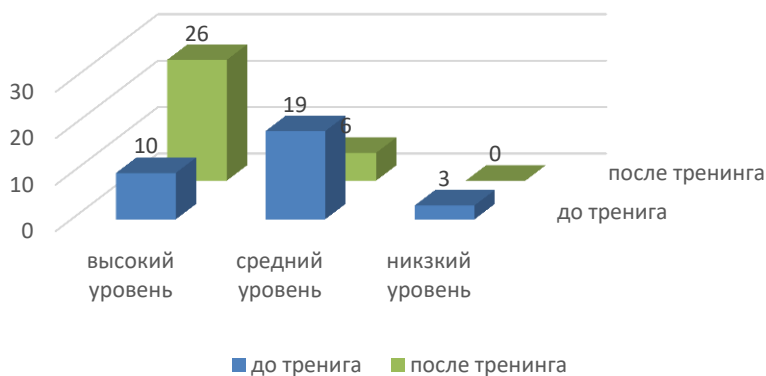


Рис. 3. Изменение уровней кооперации после тренинга

По шкале кооперация существенно увеличилось количество родителей с высоким уровнем кооперации с ребенком (с 31% до 70%), уменьшилось количество родителей со средним уровнем (с 60% до 19%), отсутствуют родители с низким уровнем (с 9% до 0%).

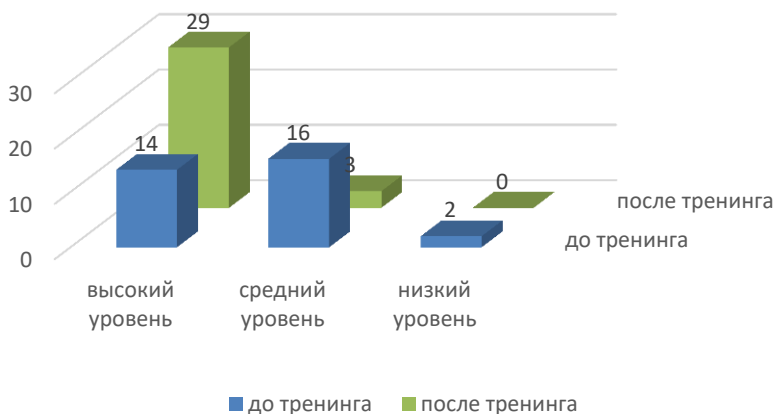


Рис. 4. Изменение уровней симбиоза после тренинга

По шкале симбиоз увеличилось количество высокого уровня (с 42% до 91%), уменьшилась доля среднего уровня (с 50% до 9%), отсутствует низкий уровень (с 6% до 0%).

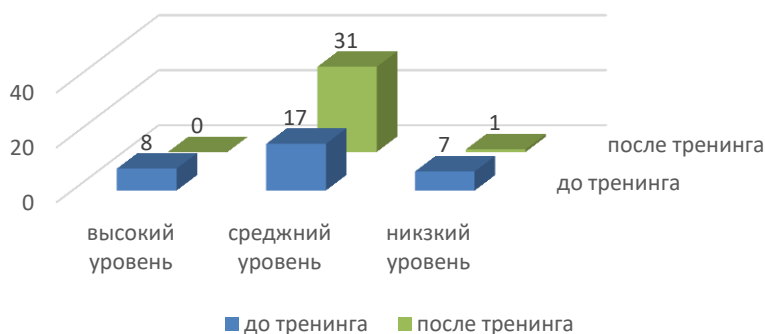


Рис. 5. Изменение уровней контроля после тренинга

Низкий уровень уменьшился до 3% с 21%, высокий уровень упал до 0%, средний оптимальный уровень вырос с 53% до 97%.

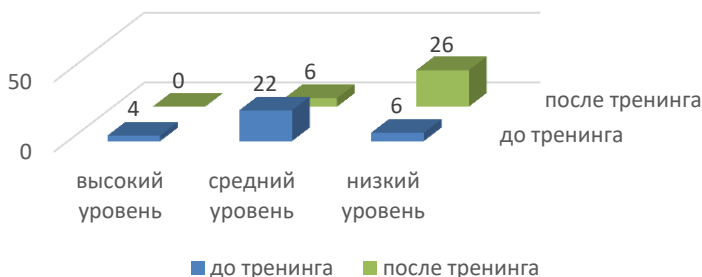


Рис. 6. Изменение уровней отношения к неудачам ребенка после тренинга

Высокий уровень снизился с 13% до 0%, средний уровень снизился с 69% до 50%, низкий уровень повысился с 19% до 81%.

Таблица 1

Статистики показателей констатирующего и формирующего экспериментов по методике ОРО (критерий Манна-Уитни)

	адаптация	кооперация	симбиоз	контроль	отношение
U-statistic	34.90000	32.550000	27.5000	47.00000	187.500000
p_value	0.0140	0.003856	0.0002	0.00318092	0.000004

По результатам проверки статистик можно отметить, что достоверное изменение показателей определено по шкалам:

- адаптация ($p\text{-value}<0,05$);
- кооперация ($p\text{-value}<0,01$);
- симбиоз ($p\text{-value}<0,01$);
- контроль ($p\text{-value}<0,01$);
- отношение к неудачам ребенка ($p\text{-value}<0,01$).

Т. е. статистически значимо повысилась адаптация, кооперация, симбиоз, снизилось отношение к неудачам ребенка.

2. По опроснику ВРР И. М. Марковской.

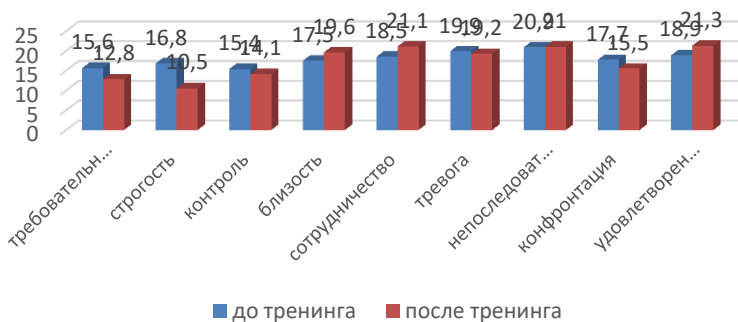


Рис. 7. Гистограмма показателей методики ВРР до и после тренинга

Таблица 2

Сравнительная статистика методики ВРР до и после тренинга

	требовательность	строгость	контроль2	близость	принятие	сотрудничество	тревожность за ребенка	непоследовательность	воспитательная конфронтация	удовлетворенность
U-statistic	31.00000	1.060000e+02	434.50000	296.50000	312.50000	230.50000	453.00000	492.50000	28.20000	225.00000
p_value	0.003758	2.212960e-08	0.142114	0.001756	0.003106	0.000059	0.2111466	0.394659	0.000891	0.000048

По статистикам видно, что достоверные различия имеются по шкалам:

- требовательность ($p\text{-value}<0,01$);
- строгость ($p\text{-value}<0,01$);
- близость ($p\text{-value}<0,01$);
- сотрудничество ($p\text{-value}<0,01$);
- воспитательная конфронтация ($p\text{-value}<0,01$);
- удовлетворенность отношениями с ребенком ($p\text{-value}<0,01$).

Изменение контроля статистически недостоверно. Возможно, это связано с тем, что в некоторых семьях и до тренинга был низкий уровень контроля, связанный с развитием родителями самостоятельности у детей. А в семьях с чрезмерным уровнем контроля его снижение пока недостаточно.

По методике Рене Жия также проверим статистики.

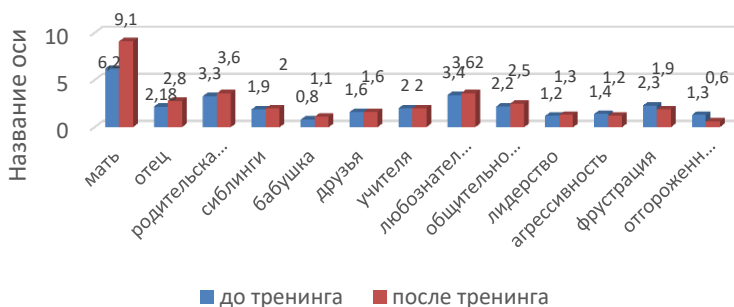


Рис. 8. Гистограмма показателей методики Рене Жия до и после тренинга

Сравнительные статистики методики Рене Жия до и после тренинга

Таблица 3

	мать	отец	родительская чета	брат-сестра	бабушка-дедушка	друзья	учитель	любовательность	общительность	лидерство	агрессивность	реакция на фрустрацию	отгороженность
U-statistic	238.	40.8	488	523.	437.0	518.0	528.	486.0	459.5	492.0	446.5	43.70	30.25
p_value	0.00005	0.047	0.29	0.47	0.0284	0.4381	0.5	0.2758	0.1591	0.2822	0.0960	0.047	0.0007

Статистически достоверны различия по шкалам:

- отношение к матери ($p\text{-value}<0,01$);
- отношение к отцу ($p\text{-value}<0,05$);
- реакция на фрустрацию ($p\text{-value}<0,05$);
- отгороженность ($p\text{-value}<0,01$).

Т. е. описанные ранее различия статистически достоверны.

Полученные результаты позволяют сделать следующие выводы:

- по результатам констатирующего эксперимента было отмечено наличие дисгармоничных детско-родительских отношений в некоторых семьях;
- дисгармоничные детско-родительские отношения обуславливают проявление личностных особенностей младшего школьника, таких как: реакции на фрустрацию – агрессию и страх, слабое отношение к матери и отцу, отгороженность;
- проведение социально-психологического тренинга по развитию детско-родительских отношений позволило повысить показатели методик, указывающих на параметры детско-родительских отношений, в сторону повышения их гармоничности;
- социально-психологический тренинг улучшает детско-родительские отношения в семьях, воспитывающих младших школьников.

Выводы. Таким образом, в результате эмпирического исследования были обнаружены выражено дисгармоничные отношения в 3 семьях. В 9 семьях детско-родительские отношения наиболее благоприятные для личностного развития школьника. В остальных семьях в отношениях имелись признаки дисгармоничности в некоторых аспектах детско-родительских отношений.

После проведения разработанного социально-психологического тренинга были получены следующие результаты:

- по методике ОРО статистически значимо повысилась адаптация, кооперация, симбиоз, контроль и отношение к неудачам ребенка;
- по методике ВРР статистически значимо снизились требовательность, строгость, воспитательная конфронтация. В то же время повысились показатели по шкалам близость, принятие, сотрудничество, удовлетворенность отношениями с ребенком;
- по методике Рене Жиля статистически значимо повысились показатели по шкалам: улучшилось отношение к матери, отцу, бабушке и дедушке, снизилась отгороженность.

После проведенного тренинга значимо улучшились детско-родительские отношения, что благоприятно влияет на личностное развитие младших школьников и взаимоотношения в семье.

Список литературы

1. Водяха, С. А. Современные концепции психологического благополучия личности / С. А. Водяха // Педагогика и психология. – 2012. – № 2. – С. 132.

2. Водяха, С. А. Динамика эмоционального благополучия младших подростков при переходе из младшей школы в среднюю / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация : материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Ростов-на-Дону, 2017. – № 5. – С. 440-443.

3. Седых, К. В. Представление о семье у современной молодежи (Транскультуральные исследования) /К. В. Седых // Вестник Харьковского национального педагогического университета. Серия «Психология». – 2008. – Вып. 25. – С. 159-165.

4. Хомуленко, Т. Б. Стиль семейного воспитания как фактор познавательного интереса младшего школьника : монография / Т. Б. Хомуленко, О. С. Шукалова. – М. : ХНПУ, 2011.

Рожков Николай Тихонович,

кандидат педагогических наук, доцент, Орловский государственный университет имени И.С. Тургенева, г. Орел, Россия

САМОВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Аннотация. На основе анализа выявлена проблема, связанная с самовоспитанием личности. Решение этой проблемы возможно на основе исследования процессов самоорганизации, то есть преобладания организованности, самоорганизованности, упорядоченности над хаотичными, ситуационными изменениями, без которых невозможна жизнь и деятельность каждого человека. В результате проведенного анализа сделан вывод, что самоорганизующее начало в структуре личности порождает способность ее к психической саморегуляции, формированию ее психической устойчивости, что является основой для самовоспитания личности.

Ключевые слова: синергетика; самоорганизация личности; хаос; модели самовоспитания; саморегуляция личности; самодетерминация личности; самовоспитание личности.

Rozhkov Nikolay Tikhonovich,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Orel State University named after I.S. Turgenev, Orel, Russia

SELF-EDUCATION OF THE INDIVIDUAL AS A PEDAGOGICAL PROBLEM

Abstract. On the basis of the analysis, the problem associated with self-education of the individual is revealed. The solution to this problem is possible on the basis of the study of the processes of self-organization, that is, the predominance of organization, self-organization, orderliness over chaotic, situational changes, without which the life and activity of each person is impossible. As a result of the analysis, it is concluded that the self-organizing principle in the structure of the personality generates its ability to mental self-regulation, the formation of its mental stability, which is the basis for self-education of the individual.

Keywords: synergetics; self-organization of the individual; chaos; self-education models; self-regulation of personality; self-determination of personality; self-education of personality.

Концепция самоорганизации – одно из наиболее перспективных направлений в научной жизни последнего десятилетия. В основе исследования процессов самоорганизации лежит ее междисциплинарный характер и системный подход. Недостаточная исследованность проблемы порождает различные толкования в определении понятия самоорганизации. В современных работах можно встретить совсем несхожие между собой определения: в одних явление самоорганизации объясняется внутренними причинами, т. е. доминирующая роль отводится внутренним взаимодействиям элементов системы; в других – главными причинами самоорганизации си-

стем называются внешние факторы, а стабилизация системы объясняется реакцией системы на воздействия внешней среды. Таким образом, концепция самоорганизации, ее теоретико-познавательный статус находятся в стадии становления.

Известно, что выявлением путей зарождения в хаосе порядка, его поддержанием занимается синергетика. Она изучает нелинейные и неравновесные процессы природы. Но, социальная жизнь человека наполнена аналогичными процессами. К ним, прежде всего, следует отнести один из самых сложных процессов, каким является воспитание.

Синергетический подход акцентирует внимание на открытых системах, неупорядоченности, неустойчивости, неравновесности, нелинейных отношениях. Если предположить, что неравновесность является естественным состоянием всех процессов окружающей нас действительности, то естественным оказывается и стремление к самоорганизации как имманентное свойство неравновесных процессов. Именно совместное действие или когерентное поведение элементов неравновесных структур и является тем феноменом, который характеризует процессы самоорганизации. Отсюда логичным будет утверждение, что самоорганизующее начало свойственно и процессу воспитания. С одной стороны, воспитание – это нелинейный и неравновесный процесс, а с другой – воспитанию свойственно самоорганизующее начало. Казалось бы, на лицо два взаимоисключающих процесса. Один порождает хаос, а второй – восстанавливает гармонию, устойчивость, целостность, придает динамичность системе.

Процессы самоорганизации и саморегуляции (органически) взаимосвязаны. Без самоорганизующего начала в структуре личности, человек всегда находился бы в состоянии хаоса, неравновесности, неустойчивости. Это состояние человека негативным образом отражалось бы на формировании его как личности, а, следовательно, и на способности его регулировать свои действия. Другими словами, процессы самоорганизации являются основой для развития процессов саморегуляции. Сущность самоорганизующего начала заключается в сглаживании, урегулировании внутриличностных конфликтов, причины которых могут быть как внешние, так и внутренние, объективные и субъективные, осознаваемые и неосознаваемые. Это начало выступает в роли примирителя между бессознательным началом в человеке и сознательным, психической жизнедеятельностью личности и социокультурной реальностью. «Процесс самоорганизации, – пишет Г. И. Рузавин, – происходит в результате взаимодействия случайности и необходимости и всегда связан с переходом от неустойчивости к устойчивости» [2, с. 144]. В нашем понимании, этот процесс сопровождается резонансом, при котором внешние влияния согласуются (гармонично сопряжены) с внутренними побудителями активности личности. Другими словами, процесс самоорганизации нельзя понять, не обратившись к принципу самодетерминации. По словам Д. И. Дубровского, «свободный вы-

бор – это особый тип детерминации – самодетерминация, присущая определенному классу высокоорганизованных материальных систем» [3, с. 192]. Современное естествознание знает два источника детерминации поведения живых существ. Это либо врожденные формы поведения, детерминированные процессом филогенеза, либо индивидуально приобретённый опыт, детерминированный влиянием внешней (для человека, прежде всего, социальной среды), т. е. воспитанием в широком смысле. С другой стороны, Р. Сперри, так рассуждает о самодетерминации: «Принятие решений человеком не индетерминировано, но самодетерминировано. Каждый нормальный субъект стремится контролировать то, что он делает, и определяет свой выбор в соответствии со своими собственными желаниями... Самодетерминанты включают ресурсы памяти, накопленные во время предшествующей жизни, систему ценностей, врождённых и приобретённых, плюс все разнообразные психические факторы осознания, рационального мышления, интуиции и т. п.» [5]. Более категоричен в этом отношении был А. Шопенгауэр, остроумно заметивший, что детерминизм, отрицающий свободу выбора, есть философия людей, которые забыли взять в расчёт самих себя [3, с. 193]. По существу, аналогичные мысли высказывал и Ж. Маритен. По его словам, моральный облик личности, направленность всей её жизни зависит от «первого акта свободы» – выбора той или иной системы моральных ценностей, который относится к подростковому возрасту [там же]. Наконец, Л. С. Выготский подчеркнул, что с научной точки зрения нельзя воспитывать другого. Оказывать непосредственное влияние и производить изменения в чужом организме невозможно, можно только воспитываться самому...» [2, с. 147]. Речь идет о том, что на становление самоорганизующего начала в структуре личности оказывают влияние не только внешние, но и внутренние факторы, среди которых собственная активность индивида играет ведущую роль. Принцип самодетерминации, в нашем представлении, становится своеобразным «принципом дополнительности» в формировании самоорганизующего начала в структуре личности. В оптимуме, это начало порождает способность личности к саморегуляции, а, следовательно, и к ее психической устойчивости. Эта устойчивость проявляется в том, что у индивида вырабатывается «иммунитет» не только по отношению к внешним (негативным) влияниям, но и к внутренним (агрессивным инстинктивным импульсам, идущим из глубин подсознания). В аномалии, несформированность самоорганизации приводит к нарушению саморегуляции личности, а, следовательно, и несформированности её ориентировочной основы поведения и деятельности. Этот вывод подтверждается мыслями, высказанными учеными. В частности, для того чтобы человек эффективно функционировал в обществе, он должен иметь систему ценностей, норм поведения и деятельности, разумно совместимых с окружающими его людьми. Всё это приобретается в процессе социализации; на языке структурной модели психо-

анализа – посредством формирования «сверх-Я». Как заметил З. Фрейд, организм человека не рождается с данным психическим образованием [4, с. 20]. Он разделил «сверх-Я» на две подсистемы: совесть и «идеальное-Я». Совесть приобретается посредством родительских наказаний. Она связана с такими поступками, которые родители не одобряют и считают несовместимыми с их представлениями морали и нравственности. В то же время, поощрительным аспектом «сверх-Я» является «идеальное-Я». Оно формируется на основе того, что родители одобряют или высоко ценят; оно ведет индивида к установлению для себя высоких стандартов. И, если цель достигнута, это вызывает чувство самоуважения и гордости. «Сверх-Я» считается полностью сформировавшимся, когда родительский контроль заменяется самоконтролем. Эта инстанция, пытаясь полностью затормозить любые общественно осуждаемые импульсы со стороны «Оно», стремится направлять человека к абсолютному совершенству в мыслях, словах и поступках [там же]. В сущности, такого же мнения придерживался и К. Г. Юнг. Он полагал, что символической (бессознательной) целью и смыслом жизни является достижение целостности личности или «самости», осуществляемое в процессе индивидуализации. В его представлении, индивидуализация – это достижение символа «самости», который характеризует собой высшую точку духовного развития человека, центр переплетения бессознательных и сознательных содержаний человеческой психики [1, с. 85]. Аналогично, А. Адлер высказывал мысль о том, что конечной целью человека служит стремление к достижению «идеала личности». Он был убежден в том, что стремление к совершенству является наиболее существенной частью человеческой жизни, свидетельствующей о прогрессивных эволюционных изменениях, происходящих внутри индивидуума в процессе его развития; это – стремление к саморазвертыванию внутренней сущности, к достижению «самости» – высшей точки духовного развития личности. Его стремление к совершенствованию служит выражением того внутреннего движения, которое в процессе социализации человека приводит к завершенности и целостности развития человеческого существа [1, с. 91]. Отсюда следует согласиться с З. Фрейдом о наличии особой психической инстанции, которую он назвал «сверх-Я». Нужно согласиться и с тем, что, в большинстве своём, эта сила действует, не будучи до конца осознанной. «Существуют люди, у которых самокритика и совесть, т. е. бесспорно высокоценные душевные проявления, оказываются бессознательными и, оставаясь таковыми, обуславливают важнейшие поступки» [4, с. 20]. В этой связи, «самость» у К. Г. Юнга и А. Адлера напоминает нам «идеальное-Я» З. Фрейда, но только в более широкой интерпретации.

Кроме того, этот вывод подтверждается реальными наблюдениями и опытом педагогической деятельности. В частности, психологическая культура – это азбука самопознания и самоутверждения личности. Чем глубже личность познает себя, тем больше она включается в процесс самовоспи-

тания. Воспитание, побуждающее к самовоспитанию – это и есть настоящее воспитание. Иначе говоря, процесс самовоспитания напрямую связан с уровнем развития психологической культуры личности, а, следовательно, и умением ее регулировать свои психические состояния, что без самоорганизующего начала реализовать невозможно.

Таким образом, самоорганизующее начало в структуре личности порождает способность ее к саморегуляции, формированию её психической устойчивости, что является основой для саморазвития и самовоспитания личности. Всякий смысл теряется говорить о воспитании и самовоспитании личности, если у неё не сформирована психическая устойчивость, защищающая личность от внешних и внутренних негативных влияний.

Список литературы

1. Рожков, Н. Т. Основы психоаналитической педагогики : монография / Н. Т. Рожков. – Орел, 2005. – 285 с.
2. Сперанский, В. И. Основные элементы технологии малоконфликтного поведения / В. И. Сперанский // Социально-политический журнал. – 1997. – № 3. – С. 126-136.
3. Светлов, В. А. Аналитика конфликта / В. А. Светлов. – СПб. : Росток, 2001. – 512 с.
4. Фрейд, З. По ту сторону принципа удовольствия / З. Фрейд. – М. : Прогресс, 1992. – 569 с.
5. Rapoport, A. The origins of Violence: Approaches to the study of Conflict / A. Rapoport. – N.Y. : Press, 1989. – 244 p.

Нечаева Татьяна Михайловна,

кандидат психологических наук, доцент, Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева, г. Орел, Россия

Барсов Илья Александрович,

магистрант, Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева, г. Орел, Россия

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. Исследованы особенности ценностных ориентаций подростков, обучающихся в лицее и в общеобразовательной школе. Выявлены качественные различия ценностей и смысложизненных ориентаций, разные варианты соотношения ценности и доступности успеха в разных сферах жизни. Обнаружены также гендерные особенности ценностно-смысловой сферы у школьников и лицеистов.

Ключевые слова: ценностные ориентации; смысложизненные ориентации; система ценностей; подростки; гендерные особенности.

Nechaeva Tatiana Mikhailovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Orel State University named after I.S. Turgenev, Orel, Russia

Barsov Ilya Aleksandrovich,

Master's Degree Student, Orel State University named after I.S. Turgenev, Orel, Russia

VALUE ORIENTATIONS OF MODERN TEENAGERS

Abstract. The features of the value orientations of adolescents studying at the lyceum and secondary school have been investigated. Qualitative differences in values and life-meaning orientations, different variants of the ratio of value and accessibility of success in different spheres of life are revealed. Gender characteristics of the value-semantic sphere were also found among schoolchildren and lyceum students.

Keywords: value orientations; life-meaning orientations; system of values; adolescents; gender characteristics.

Ценностные ориентации – важнейший аспект личности. Представления о ценностях и их роли в жизнедеятельности человека берут свое начало еще в трудах древнегреческих философов Аристотеля, Платона и др. Представления о ценностях постоянно развивались и трансформировались в контексте развития общества. В зарубежной психологии проблемой ценностей занимались такие гуманистические психологи, как К. Роджерс, Г. Олпорт, А. Маслоу.

В отечественной психологии ценностно-смысловая сфера преимущественно рассматривается как функциональная система, формирующая смыслы и цели жизнедеятельности человека и регулирующие способы их достижения (С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев, В. Н. Мясищев и др.).

В настоящее время, несмотря на различия в подходах к пониманию сущности ценностных ориентаций общепризнанным является тот факт, что ценности играют ведущую роль в регуляции поведения человека и определении направленности личности. При этом ценности рассматривались как перенесенные внутрь нормы, идеалы и правила того общества, в котором живет человек.

Наиболее важным периодом в становлении ценностных ориентаций является подростковый возраст. На формирование ценностных ориентаций подростка оказывают влияние различные факторы: культура, общество, особенности родительского отношения и психологического климата в семье, включенность в систему образования, наличие или отсутствие принадлежности к референтной группе сверстников и т. д. Все это определяет как гендерные, так и индивидуальные различия в иерархии ценностей современных подростков, которая имеет своеобразие, обусловленное трансформацией современного общества. Отмечается, что современные подростки как особая социально-демографическая группа является чутким индикатором изменений, которые происходят в обществе.

На ценностные ориентации оказывает влияние и система обучения, в которой находится ребенок. Так, обучение в лицее имеет свои специфические особенности, которые влияют на развитие личности. Многочисленные исследования (В. П. Иванченко, Е. В. Логутова, А. В. Медведев, М. В. Сафронова, Е. В. Хлызова и др.) посвящены, преимущественно, изучению влияния обучения в лицее на мотивацию обучения, формирование мотивации достижения, целеустремленности, тогда как остальные личностные качества лицеистов оказываются за пределами интереса исследователей.

Нами было проведено исследование, направленное на изучение особенностей ценностных ориентаций подростков, обучающихся в лицее и общеобразовательной школе.

Использовались следующие методики исследования:

1. «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах» (Е. Б. Фанталова).
2. Тест СЖО (смысложизненных ориентаций) Д. А. Леонтьева.
3. Методика диагностики реальной структуры ценностных ориентаций личности С. С. Бубновой.

Исследование проводилось с ноября 2017 по май 2019 гг. В исследовании приняли участие 60 подростков в возрасте от 14 до 15 лет. Из них 26 подростков (14 мальчиков и 12 девочек) обучаются в лицее, 44 подростка обучаются в общеобразовательной школе (из них – 22 девочки и 22 мальчика).

По результатам исследования установлено:

1. Для подростков, обучающихся в лицее, более значимыми оказываются такие ценностные ориентации, интересная работа, наличие хороших дру-

зей, активная длительная жизнь, любовь. Менее выражена привлекательность таких ценностей, как здоровье, творчество, счастливая семейная жизнь, свобода в поступках, красота природы и искусства. При этом, чем более значима ценность для подростка, тем в большей степени она кажется ему малодоступной, и может порождать внутриличностные конфликты. У девочек более выражена тенденция к социальной самореализации и поиску интересной работы.

В целом у подростков сформированы ценностные ориентиры жизни, они стараются ставить перед собой цели, придавая жизни активность, наполненность смыслом. Они не считают, что все, что в их жизни происходит – влияние внешних обстоятельств и в большей степени берут ответственность на себя. Это свидетельствует о сформированности определенной иерархии ценностных ориентаций личности. Наиболее уверенно подростки чувствуют себя в плане реализации в таких сферах, как любовь, общение, здоровье, а также высокого социального статуса. Успешность в данных сферах детерминирует их значимость для подростков. Однако удивительным является тот факт, что, несмотря на рост значения социальной активности подростков для них практически незначимым является признание и уважение со стороны окружающих. Это может свидетельствовать о нарастании тенденции к индивидуализации.

2. У подростков, обучающихся в общеобразовательных школах, в целом сформирована определенная иерархия ценностей, в рамках которой на первый план выходят ценности активной деятельной жизни, возможности получить интересную работу и выстраивать отношения с окружающими на основе дружбы и любви. Наименее значимыми являются ценности творчества и счастливой семейной жизни. Данные ценности в целом представляются подросткам доступными. Анализ смысложизненных ориентаций позволил установить, что подростки в целом ориентированы на активную, деятельную жизнь. Они стремятся к осмысленности жизни, построению целей деятельности и достижению результата вне зависимости от того, способствуют или препятствуют этому внешние обстоятельства. При этом мальчики более, чем девочки ценят материальное обеспечение и уверенность в себе.

3. Сравнение иерархии ценностей в двух выборках позволило выявить, что существует качественное своеобразие ценностных ориентаций у подростков в зависимости от условий обучения. Так установлено, что подростки, обучающиеся в лицее в большей степени, чем их ровесники из общеобразовательных школ ценят интересную работу, материальное обеспечение, наличие хороших и верных друзей, а также социальный статус и социальную активность. У них наиболее выражены различия ценностей в социальной сфере, сфере будущей профессиональной деятельности и межличностных отношений. Это может быть обусловлено тем фактом, что обучение в лицее осуществляется на профильном уровне и готовит подростков к буду-

шей профессии, которая будет интересной и достаточно оплачиваемой. Именно поэтому ценности работы и материального благополучия в выборке подростков, обучающихся в лицее, превалируют по сравнению с выборкой подростков, обучающихся в общеобразовательной школе.

При этом для подростков, обучающихся в общеобразовательной школе, наиболее привлекательными оказываются ценности здоровья, духовно-нравственные и эстетические ценности.

Также существуют значимые различия в проявлении такой смысло-жизненной ориентации, как «цели». Так подростки, обучающиеся в лицее, более целеустремленные, активные, нацеленные на достижение конкретного результата. Это может быть связано с большей конкретностью целей подростков из первой выборки. Очевидно, что обучение в лицее задает более жесткие целевые ориентиры, поэтому эта смысло-жизненная ориентация становится более выраженной у подростков, обучающихся в лицее.

Существуют и межполовые особенности ценностных ориентаций подростков, обучающихся в лицее и общеобразовательных школах. Установлено, что девочки, обучающиеся в лицее более ориентированы на материальные аспекты и свою будущую деятельность. Для мальчиков – лицейских более значимыми являются уверенность в себе и материальная независимость. Для мальчиков и девочек, обучающихся в условиях общеобразовательной школы более значимы духовно – нравственные ценности.

Таким образом, полученные данные позволили частично подтвердить выдвинутую гипотезу о том, что существуют различия в ценностных ориентациях подростков, обучающихся в лицее и в общеобразовательной школе. Результаты исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. Существует качественное своеобразие в иерархии ценностных ориентаций подростков, обучающихся в лицее по сравнению с подростками, обучающимися в общеобразовательной школе. Так, подростки, обучающиеся в лицее, более ориентированы на материальные ценности, свою будущую профессию, а также свой социальный статус и признание со стороны окружающих. При этом девочки более ориентированы на социальное признание, а мальчикам важна уверенность в себе и материальное благополучие. Подростки из лицея более целеустремленные и ориентированные на результат. Подростки, обучающиеся в обычной школе, больше ценят духовно-нравственные и эстетические ценности.

2. Выявленные различия могут быть обусловлены спецификой обучения. В лицее обучение требует больше временных и личностных ресурсов, но оно более ориентировано на будущую самостоятельную жизнь, получение желаемой профессии.

3. У подростков в обеих выборках отмечается недостаточная устойчивость иерархии ценностей, а также ее несбалансированность, что проявляется в отсутствии ярко выраженной значимости тех или иных ценностей, их устойчивости. Это свидетельствует о том, что ценностно-смысловая

сфера подростков находится еще на стадии формирования. Это требует организации специальной работы по развитию ценностно-смысловой сферы подростков с учетом особенностей обучения.

Список литературы

1. Бубнова, С. С. Ценностные ориентации личности как многомерная нелинейная система / С. С. Бубнова // Психологический журнал. – 1999. – № 5. – С. 38-44.
2. Гаврилова, Е. В. Влияние образовательной среды на формирование индивидуально-психологических особенностей учащихся и школьной мотивации / Е. В. Гаврилова // Сибирский педагогический журнал. – 2012. – № 6. – С. 256-259.
3. Петрова, Л. В. Гендерные особенности ценностных ориентаций и жизнестойкости учащихся / Л. В. Петрова // Педагогическое образование в России. – 2015. – № 1. – С. 139-141.
4. Стойлик, А. Ю. Особенности ценностных ориентаций современных старшеклассников / А. Ю. Стойлик. – URL: <http://www.humanities.edu.ru/db/msg/46143> (дата обращения: 15.03.2018). – Текст : электронный.

Водяха Сергей Анатольевич,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия; svodyakha@yandex.ru

ОПРОСНИК «ВОСПРИЯТИЕ СТУДЕНТАМИ РОДИТЕЛЬСКОГО КОНТРОЛЯ»

Аннотация. В данной статье рассматриваются результаты апробации методики исследования воспринимаемого стиля родительского контроля. В статье рассматриваются основные психометрические характеристики методики, ее валидности и надежности.

Ключевые слова: родительский контроль; родители; семейное воспитание; студенты; психологическая диагностика; методы диагностики; психологическое благополучие; психометрика; психологические опросы.

Vodyakha Sergey Anatolyevich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

QUESTIONNAIRE “STUDENTS’ PERCEPTION OF PARENTAL CONTROL”

Abstract. This article discusses the results of approbation of the methodology for studying the perceived style of parental control. The article discusses the main psychometric characteristics of the technique, its validity and reliability.

Keywords: parental control; parents; family education; students; psychological diagnostics; diagnostic methods; psychological well-being; psychometrics; psychological surveys.

В настоящее время феномен родительского контроля описывается самими разными терминами. Помимо контроля, в разные ученые используют такие понятия термины как авторитарность (Baumrind, 1966), принуждение (Rollins & Thomas, 1979), утверждение власти (Hoffman, 1963), строгость (Steinberg, Lamborn, Dornbusch & Darling, 1992), доминирование (Baldwin, 1955), ограничение (Symonds, 1939) и давление [4].

П. Саймондс одним из первых высказал мысль, что доминирующее и навязчивое родительское воспитание связано с дезадаптивным поведением детей (Symonds, 1939). С другой стороны, исследования Д. Бомринд показали, что дети, родители которых все разрешали и ни в чем не ограничивали, также не имели проявляли низкий уровень психологического благополучия (Baumrind, 1966).

В. Грольник и Э. Померанц (2009) предложили, закрепить термин родительский контроль за дескриптивной характеристикой доминирующего, принуждающего и напористого родительства, при котором родители заставляют своего ребенка выполнять их требования, не поощряя ответственности и автономности ребенка, стараясь решать проблемы вместо ребенка.

Противоположным полюсом дихотомической шкалы этого измерения, является родительство, которое поддерживает автономию детей, поощряя их проявлять инициативу, выражать свои взгляды и мнения, предоставляя им пространство для самостоятельного разрешения проблем.

В. Грольник дает определение автономии как чувству внутренней свободы, отличающееся от самоощущения самодостаточности.

В. Грольник и Р. Райан считают, что родители могут поддерживать потребности своих детей в компетентности и автономии посредством предоставления структурной и автономной поддержки [4]. Родительская забота способствует развитию чувства компетентности, давая детям четкое представление о том, как их активность связана с результатами деятельности, позволяя им чувствовать самоэффективность и контролируемость ситуации.

С другой стороны, в хаотически организованной среде дети чувствуют себя беспомощными и некомпетентными. Аналогичным образом, поддержка автономии способствует развитию чувства автономии и воли, позволяя детям чувствовать ответственность за собственное поведение, что их действия одобряются и исходят из внутренних мотивов. Когда ребенок чувствует себя компетентным и контролирующим, он, с большей вероятностью, будет вовлечен и заинтересован в учебе в школе и быть психологически благополучным [4].

Действительно, исследования, проведенные в Соединенных Штатах, показали, что наличие структуры положительно связано с воспринимаемой компетентностью детей, воспринимаемым контролем и академической вовлеченностью [3]. В. Грольник и Дж. Веллборн (1988) оценили родительский контроль с помощью вопросника родительского контекста (PCQ), содержащего вопросы, касающиеся обеспечения четких и последовательных правил и ожиданий в семье, а также предсказуемости последствий в случае нарушения этих правил и ожиданий. Более высокие уровни структуры были связаны с более высокой воспринимаемой компетентностью и более адаптивными формами понимания контроля (то есть с верой в то, что свои усилия определяют успех или неудачу).

Методология исследования. В исследовании принимало участие 109 студентов УрГПУ г. Екатеринбурга возрасте от 17 до 22 лет средний возраст – 18,6 лет ($SD=51$). Отобранные в выборку респонденты проживают в разных частях УрФО, чтобы обеспечить репрезентативную выборку. Выборка была случайной и стратифицированной в зависимости от пола и возраста. Данные собирались с сентября по декабрь 2011 г. Анкеты были заполнены на добровольной основе.

На основе вышеизложенных идей была разработана оригинальная методика, исследующая родительский контроль с точки зрения теории самодетерминации.

Опросник «Восприятие студентами родительского контроля» был разработан на концептуальной основе, предложенной исследователями

В. Гролник, М. Райаном и Э. Деси. Данный опросник предназначен для юношеского возраста. Опросник оценивает восприятие студентами родительской поддержки, их автономию и участие, но кроме того, оценивается степень восприятия детьми родительской теплоты. Он состоит из 42 пунктов: 21 утверждение, касающееся матерей и 21 – отцов. Эти утверждения делятся на 6 подшкал: Материнская поддержка автономии, материнское участие и материнское тепло, а также отцовская поддержка автономии, отцовское участие, и отцовское тепло.

Материнская поддержка автономии: чем выше балл по данной шкале, тем менее выражена материнская поддержка автономии. Это означает, студенты воспринимают свою мать избыточно включенной в их жизнь, постоянно интересующейся их проблемами, излишне контролирующей, опекающей, навязывающей свои интересы, цели и желания. Студенты, набравшие высокий балл, считают, что их мама, пытается организовать их жизнь, решить за них проблемы. Такие матери проявляют жесткий контроль, ставят запреты, приказывают.

Материнское участие: чем выше балл по данной шкале, тем более выражено материнское участие. Студенты, набравшие высокий балл, воспринимают отношения с матерью, как отношения, насыщенные общением, вниманием со стороны матери. Такие матери, по мнению студентов, беспокоятся за их жизнь, интересуются происходящими в ней событиями, проявляют контроль, но по сравнению с предыдущей шкалой, не жесткий, контроль выражается в просьбах, а не приказах и запретах. Переживают неудачи своего ребенка и радуются успехам.

Материнское тепло и забота: чем выше балл, тем более проявляется материнское тепло и забота. Высокий балл по данной шкале, говорит о том, что студент воспринимает отношения со своей матерью, как отношения близкие, наполненные доверием. В таких отношениях, принято обсуждать проблемы, советоваться, поддерживать друг друга. Юноша чувствует себя особенным, принимаемым, любимым ребенком. Не боится рассказать о своих проблемах, знает, что мама его поймет и поддержит, какое бы решение он не принял. Здесь становится важен эмоциональный компонент.

Описание шкал, касающихся восприятия отношений с отцами соответствуют аналогичным шкалам описывающих отношения с матерями.

Испытуемым была предложена следующая инструкция: *«Пожалуйста, оцените приведенные ниже утверждения о вашей матери и отце. Если у вас нет контакта с одним из родителей (например, с вашим отцом), но есть еще один взрослый, того же пола, с которым вы живете, заменяющий вам отца (например, отчим), то пожалуйста ответьте на вопросы об этом человеке. Если у вас нет контакта с одним из ваших родителей, и нет другого взрослого, того же пола, с которым вы живете, то оставьте вопросы о нем пустыми. При оценке утверждений используйте следующую шкалу:*

136

Интеркорреляционные связи по всем шкалам опросника свидетельствуют о существовании значимых связей (табл. 2).

Таблица 2

Интеркорреляционные связи по шкалам опросника

Отмеченные корреляционные связи значимы на уровне $p < 0,05$						
	материнское участие	материнская поддержка автономии	материнское тепло и забота	отцовское участие	отцовская поддержка автономии	отцовское тепло и забота
материнское участие	1,00	0,74	0,77	0,62	0,61	0,35
материнская поддержка автономии	0,74	1,00	0,63	0,45	0,52	0,29
материнское тепло и забота	0,77	0,63	1,00	0,66	0,67	0,62
отцовское участие	0,62	0,45	0,66	1,00	0,82	0,79
отцовская поддержка автономии	0,61	0,52	0,67	0,82	1,00	0,68
отцовское тепло и забота	0,35	0,29	0,62	0,79	0,68	1,00

Из таблицы видно, что наиболее тесные связи существуют между шкалами: отцовская поддержка автономии и отцовское участие ($r_{xy}=0,82$ при $p < 0,05$). Наряду с данной взаимосвязью, выявлена также связь между шкалами отцовское тепло и забота и отцовское участие. Графически эти взаимосвязи можно рассмотреть на диаграмме размаха (рис. 1):

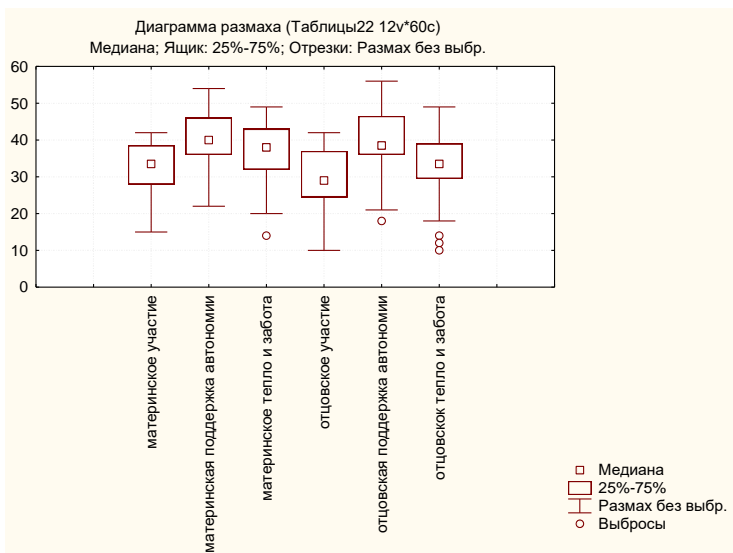


Рис. 1

Взаимосвязь шкалы отцовская поддержка автономии и отцовское участие, может свидетельствовать о том, что студенты не дифференцируют эти компоненты родительского контроля и воспринимают их как единое целое, то есть если отец воспринимается автономным, то он также воспринимается, как не участвующим, менее интересующимся жизнью своего ребенка. Данная взаимосвязь, является вполне адекватной.

Рассматривая следующую взаимосвязь, между шкалами отцовское тепло и отцовское участие, можно предположить, что если родитель (в данном случае отец) проявляет тепло и заботу к своему ребенку, то он также и внимателен к нему, интересуется его жизнью, много с ним общается. Обратная взаимосвязь также существует.

Указанные корреляционные связи между шкалами, касающиеся восприятия отцовского отношения, также подтверждаются корреляцией между шкалами, отражающими восприятие материнского отношения. Так выявлена высокая корреляция между шкалой материнское участие и шкалой материнское тепло, а также между шкалами материнская поддержка автономии и материнское участие.

Содержательная валидность конструированной методики исследования методом факторного анализа (таблица 3).

Таблица 3

*Исследование содержательной валидности опросника
«Восприятие студентами родительского контроля»*

Фактор. нагрузки (без вращ.). Выделение: Главные компоненты (Отмечены нагрузки > 700000)	
Название шкал	Фактор
материнское участие	-0,825412
материнская поддержка автономии	-0,721850
материнское тепло и забота	-0,879986
отцовское участие	-0,882462
отцовская поддержка автономии	-0,873828
отцовское тепло и забота	-0,754984
Общ. дис.	4,089066
Доля общ.	0,681511

Факторный анализ выявил устойчивые корреляции между всеми шкалами опросника, эта согласованность подтверждает, что подобранные в опроснике задания, охватывают главные аспекты одного изучаемого феномена, а значит также подтверждают содержательную валидность опросника.

На уровне эмпирического исследования различий по шкалам материнская поддержка автономии и отцовская поддержка автономии были установлены значимые различия по критерию d-Колмогорова-Смирнова на уровне $p < 0,05$. При этом согласно данным таблицы 4 отцовская поддержка автономии значимо выше материнской.

Таблица 4

Исследование различий между шкалами материнской поддержки автономии и отцовской поддержки автономии

Название шкалы	Среднее Группа 1	Среднее Группа 2	Ст. откл Группа 1	Ст. откл Группа 2
материнская поддержка автономии	43,66667	51,0	2,516	0,001

Достоверных различий по другим параметрам не установлено, т. е. респонденты дифференцируют автономию и поддержку со стороны отца и матери. Отцы в большей степени поддерживают автономию. Данное утверждение согласуется с мнением А. С. Спиваковской и Д. С. Акивиса. Акивис в своей работе «Отцовская любовь» отмечает, что отец меньше опекает детей, предоставляет им больше самостоятельности, воспитывая в ребенке самодисциплину.

Дальнейшая стандартизация опросника представляет интерес в плане определения прогностической критериальной валидности.

Нами было построено частотное распределение интегрального показателя по формуле с учетом количественного критерия $M_x \pm 2/3 * \delta$ (табл. 5, рис. 2).

Таблица 5

*Частотное распределение интегрального показателя
родительского контроля*

	Низкий	$M_x \pm 2/3 \cdot \delta$	Высокий
x-min	0 до 187,3	187,4 до 234,7	234,8 до 275
x-max			(Или 284)
F_0 (в %)	26,67	41,67	31,66



Рис. 2

Из гистограммы и таблицы видно, что преобладающими являются высокие и средние уровни в восприятии родительского контроля студентами (31,66% и 41,67% – соответственно), то есть большинство студентов считают, что родители достаточно включены в их процесс саморазвития.

Для подробного рассмотрения взаимосвязей между шкалами, мы использовали, кластерный анализ (рис. 3).

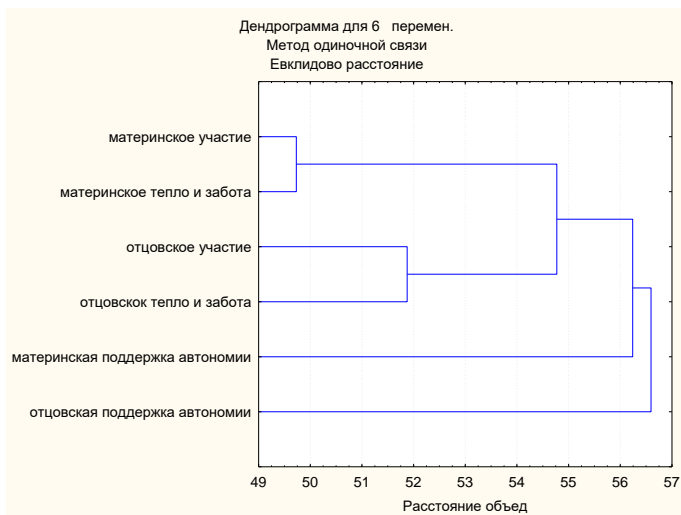


Рис. 3

Из результатов кластерного анализа видно, что отцовская и материнская поддержка автономии значительно выделяется среди других категорий, при этом отцовская поддержка автономии имеет большое значение, а, следовательно, больше влияет на воспринимаемый родительский контроль. В дендрограмме указанной выше, представлены, два отдельных кластера, состоящих из шкал: отцовское тепло и забота с отцовским участием; материнское тепло и забота совместно с материнским участием, данная взаимосвязь также подчеркивает важность данных компонентов родительского контроля. Стоит отметить, что отцовское тепло и забота наряду с отцовским участием, оценивается выше, чем материнское тепло и забота и материнское участие.

Исследуя влияние отцовской поддержки автономии на другие показатели, было выявлено следующее (табл. 6).

Таблица 6

Итог регрессии для зависимой переменной: отцовская поддержка автономии $R=,843530$ $R^2=,711544$. Скорректированный $R^2=,690565$ $F(4,55)=33,917$ p						
	Бета	Ст. Ош.	В	Ст. Ош.	t(55)	p-уров
отцовское участие	0,670279	0,099234	0,749852	0,111015	6,754532	0,000000

Отцовская поддержка автономии оказывает существенное влияние на воспринимаемое отцовское участие. Таким образом, воспринимаемая отцовская поддержка автономии является ведущим фактором родительского контроля. Данная тенденция, может быть обусловлена тем, что отец чаще воспринимается, как олицетворение дисциплины и порядка (Й. Лангмейер,

З. Матейчек). Ребенок, растущий без отцовского авторитета, как правило, недисциплинирован, асоциален, агрессивен в отношении взрослых и детей.

В результате проделанной работы, авторами были установлена надежность и содержательная валидность опросника «Восприятие студентами родительского контроля». Установили значимые интеркорреляционные связи между шкалами опросника, а также значимые различия между шкалами отцовская поддержка автономии и материнская поддержка автономии. Выявили, что отцы более склонны поддерживать автономию. Определили, что воспринимаемая отцовская поддержка автономии является ведущим фактором родительского контроля, а также, что большинство студентов воспринимают своих родителей, как достаточно включенных в их процесс саморазвития.

Список литературы

1. Chirkov, V. I. Parent and teacher autonomy-support in Russian and U.S. adolescents: Common effects on well-being and academic motivation / V. I. Chirkov, R. M. Ryan // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. – 2001. – № 32. – P. 618-635.
2. Dwairy, M. Parenting styles, individuation and mental health of Arab adolescents: A third cross-regional research study / M. Dwairy, M. Achoui, R. Abouserie, A. Farah // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. – 2006. – № 37. – P. 1-11.
3. Farkas, M. S. Examining the components and concomitants of parental structure in the academic domain / M. S. Farkas, W. S. Grolnick // *Motivation and Emotion*. – 2010. – № 34. – P. 266-279.
4. Grolnick, W. S. Issues and challenges in studying parental control: Toward a new conceptualization / W. S. Grolnick, E. M. Pomerantz // *Child Development Perspectives*. – 2009. – № 3. – P. 165-170.
5. Marbell, K. N. Correlates of parental control and autonomy support in an interdependent culture: A look at Ghana / K. N. Marbell, W. S. Grolnick // *Motivation and Emotion*. Advance online publication. – 2012. – doi: 10.1007/s11031-012-9289-2.
6. O'Connor, T. G. Parenting and outcomes for children / T. G. O'Connor, S. B. C. Scott. – York, England : Joseph Rowntree Foundation, 2007.
7. Wang, Q. The role of parents' control in early adolescents' psychological functioning: A longitudinal investigation in the United States and China / Q. Wang, E. M. Pomerantz, H. Chen // *Child Development*. – 2007. – № 78. – P. 1592-1610.

Приложение 1. Опросник «Восприятие студентами родительского контроля»

Инструкция: пожалуйста, оцените приведенные ниже утверждения о вашей матери и вашем отце. Если у вас нет контакта с одним из родителей (например, с вашим отцом), но есть еще один взрослый, того же пола, с которым вы живете, заменяющий вам отца (например, отчим), то пожалуйста ответьте на вопросы об этом человеке. Если у вас нет контакта с одним из ваших родителей, и нет другого взрослого, того же пола, с которым вы живете, то оставьте вопросы о нем пустыми. При оценке утверждений используйте следующую шкалу:

1	2	3	4	5	6	7
неверно		верно			абсолютно верно	

Сначала, вопросы о вашей матери.

1. Моя мама, кажется, знает, как я отношусь к конкретным событиям.
2. Моя мама пытается рассказать мне, как мне строить свою жизнь.
3. Моя мама находит время, чтобы поговорить со мной.
4. Моя мама принимает меня и любит меня, как и я ее.
5. Моя мама, когда это возможно, позволяет мне принимать решения

самостоятельно.

6. Моя мама, кажется, не думает обо мне часто.
7. Моя мама проявляет свою любовь ко мне.
8. Моя мама прислушивается к моему мнению, когда у меня проблемы.
9. Моя мама проводит много времени со мной.
10. Моя мама заставляет меня чувствовать себя особенным.
11. Моя мама позволяет мне принимать решения самостоятельно.
12. Моя мама часто слишком занята, чтобы проявить внимание ко мне.
13. Моя мама часто не одобряет и не принимает меня.
14. Моя мама пытается навязать мне свою жизнь.
15. Мою маму не очень заботят мои проблемы.
16. Моя мама, как правило, рада меня видеть.
17. Моя мама, как правило, готова рассматривать события с моей точ-

ки зрения.

18. Моя мама тратит время и силы, чтобы помочь мне.
19. Моя мама помогает мне принять свои собственные решения.
20. Моя мама, кажется, сильно разочарована во мне.
21. Моя мама не очень чувствительна ко многим из моих потребностей.

Теперь вопросы об отце.

22. Мой отец, кажется, знает, как я отношусь к конкретным событиям.
23. Мой отец пытается рассказать мне, как мне строить свою жизнь.
24. Мой отец находит время, чтобы поговорить со мной.
25. Мой отец принимает меня и любит меня, как и я его.
26. Мой отец, по возможности, позволяет мне принимать решения са-

мостоятельно.

27. Мой отец, кажется, не думает обо мне часто.
28. Мой отец проявляет свою любовь ко мне.
29. Мой отец прислушивается к моему мнению, когда у меня проблемы.
30. Мой отец проводит много времени со мной.
31. Мой отец заставляет меня чувствовать себя особенным.
32. Мой отец дает мне возможность принимать решения самостоя-

тельно.

33. Мой отец часто слишком занят, чтобы проявить внимание ко мне.
34. Мой отец часто не одобряет и не принимает меня.

35. Отец пытается навязать мне свою жизнь.
36. Моего отца не очень заботят мои проблемы.
37. Мой отец, как правило, рад меня видеть.
38. Мой отец, как правило, готов рассматривать события с моей точки зрения.

39. Мой отец тратит время и силы, чтобы помочь мне.
40. Мой отец помогает мне принять мои собственные решения.
41. Мой отец, кажется, сильно разочарован во мне.
42. Мой отец не очень чувствителен ко многим из моих потребностей.

Интерпретация. Подсчитать оценки по шкалам:

Материнское участие: 3, 6 (R), 9, 12 (R), 15 (R), 18.

Материнская поддержка автономии: 1, 2 (R), 5, 8, 11, 14 (R), 17, 19, 21 (R).

Материнское тепло и забота: 4, 7, 10, 13 (R), 16, 20 (R).

Отцовское участие: 24, 27 (R), 30, 33 (R), 36 (R), 39.

Отцовская поддержка автономии: 22, 23 (R), 26, 29, 32, 35 (R), 38, 40, 42 (R).

Отцовское тепло и забота: 25, 28, 31, 34 (R), 37, 41 (R)

(R) обратный пункт – абсолютно верно 1 балл, 7 – неверно.

Власова Елена Анатольевна,

кандидат педагогических наук, доцент, Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского Балашовский институт (филиал), г. Балашов, Россия

Прохоркина Оксана Павловна,

студент, Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского Балашовский институт (филиал), г. Балашов, Россия

ВЗАИМОСВЯЗЬ АДАПТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

Аннотация. В статье рассматривается специфика адаптивных способностей, копинг-стратегий юношей и девушек. Проводится сравнительный анализ между полами. Анализируется моральная нормативность и уровень нервно-психического реагирования на трудности в молодежной среде. Характеризуются взаимосвязи адаптивных способностей и применяемых копинг-стратегий в трудных жизненных ситуациях юношей и девушек.

Ключевые слова: адаптивные способности; копинг-стратегии; смысло-жизненные ориентации; юношеский возраст; стрессы; психологическое благополучие; юноши; девушки.

Vlasova Elena Anatolevna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

Prokhorkina Oksana Pavlovna,

Student, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

THE RELATIONSHIP BETWEEN ADAPTIVE ABILITIES AND COPING STRATEGIES IN BOYS AND GIRLS

Abstract. The article deals with the specifics of adaptive abilities, coping strategies of young men and women. A comparative analysis between the sexes is carried out. The article analyzes the moral normativity and the level of neuropsychiatric response to difficulties in the youth environment. The interrelationships of adaptive abilities and coping strategies used in difficult life situations of young men and women are characterized.

Keywords: adaptive abilities; coping strategies; life-meaning orientations; adolescence; stress; psychological well-being; young men; girls.

Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного человека, ориентированного на высокие достижения, как правило, сопряжены с проявлениями стрессового состояния. Это связано с тем, что в период ранней юности личность нацелена на максимальные достижения, причем реализуемые в короткий срок. Для совладания со стрессовыми ситуациями личность на протяжении своей жизни вырабатывает так называемые копинг-

стратегии, то есть систему целенаправленного поведения по сознательному овладению ситуацией для уменьшения вредного влияния стресса.

Молодежь, как самая активная социальная группа, осуществляет попытки масштабных изменений, связанных с продвижением индивидуальных целей и, в тоже время, на соответствие требованиям социума. Гармоничное разрешение дилеммы сохранения индивидуальных планов и их сопряженность с просоциальными установками является энергозатратным для личности и может привести к фрустрации, даже к различным психологическим и соматическим изменениям [4].

Несмотря на то, что проблема успешной адаптации молодежи в социальном пространстве изучается давно, динамика изменений в мотивационном, ценностном, социокультурном спектре установок молодых людей перманентно меняется [6]. Молодые люди склонны к максималистским установкам, что влечет за собой проживание опыта неудач, снижающих их социальную активность, социальное самочувствие. Это обстоятельство способствует включению молодежи в ситуацию прокрастинационных задержек в реализации желаемых целей [2; 3]. В этой связи, функционирование защитных механизмов, стимулирует личность на обретение дополнительных ресурсов для нового «рывка» в бытийной ситуации трудностей [1; 5].

Выше перечисленными резонами, обусловлен наш интерес к заявленной теме. Исследование проводилось нами на случайной выборке, формой диагностических процедур выступило интернет-тестирование. Выборка респондентов составила 30 человек, возраст 17-20 лет. Диагностическим инструментарием выступили: методика «Адаптивность-02» (МЛЮ-АМ) Маклакова, Чермянина; методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс, М. И. Паркер, адаптированный вариант Т. А. Крюковой); методика «Индикатор копинг-стратегий» (Д. Амирхан; адаптированная Н. А. Сиротой и В. М. Ялтонским).

По методике «Адаптивность-02» (МЛЮ-АМ) Маклакова, Чермянина мы установили следующее.

У большинства респондентов-девушек (группа А) достаточно высокие и средние показатели адаптивных способностей и моральной нормативности (67% и 60% соответственно). Также можно отметить их коммуникативный потенциал, он также находится в диапазоне средне-нормативного уровня (57%).

Нервно-психическая устойчивость находится на удовлетворительном и среднем уровнях (40% и 37%). Вероятно, это связано с тем, что девушки (группа А) более ярко проходят период адаптации, в котором происходят существенные изменения, переход к взрослой жизни, ориентации на семью, укорененные ценности стабильности.

Уровень адаптивных способностей у девушек распределился на высокие (77%) и удовлетворительные показатели (23%).

У большинства респондентов-юношей (группа Б) достаточно высокие и средние показатели адаптивных способностей и моральной нормативности (60% и 50% соответственно). Их коммуникативный потенциал также находится в диапазоне средне-нормативного уровня (40%).

Нервно-психическая устойчивость у юношей находится на удовлетворительном и среднем уровнях (40% и 30%).

Уровень адаптивных способностей у большинства юношей показан как высокий (90%).

Исходя из полученных данных с помощью критерия U-Манна-Уитни, выполненного с помощью компьютерной программы SPSS 17,0, мы провели сравнительный анализ данных группы А и группы Б.

Сравнивая все показатели, статистический анализ показал различия между некоторыми шкалами. А именно респонденты-юноши (группа Б) имеют более высокий уровень адаптивных способностей, чем респонденты-девушки (группа А). Также их копинг-стратегии на решение задач, разрешение проблемных ситуаций, проявляется в группе Б. Копинг-стратегия, направленная на эмоции проявляется чаще у девушек (респонденты группы А).

По методике «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс, М. И. Паркер, адаптированный вариант Т. А. Крюковой) были получены следующие результаты.

Обосновывая результаты полученных данных, можно сказать, что у респондентов-девушек (группа А), довольно высокие баллы по шкале «копинг-ориентированный на избегание» (66%).

Средний уровень приходится на шкалу «проблемно-ориентированный копинг» (47%) и низкий уровень на шкалу «эмоционально-ориентированный копинг» (83%). Девушки пытаются применять копинг при проблемных ситуациях, где с помощью копинга гармонизируют свое внутреннее состояние. Стратегия «эмоционально-ориентированного копинга» направлена на координирование чувств, спровоцированными кризисными событиями, а также на стабилизацию эмоционального баланса.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что подавляющее большинство испытуемых имеют свой вариант совладания, который не решает проблему, но дает возможность справиться со стрессовой ситуацией. Обосновывая результаты полученных данных, можно сказать, что у респондентов-юношей (группа Б), довольно высокие баллы по шкале «проблемно-ориентированный копинг» (87%).

Средний уровень приходится на шкалу «эмоционально-ориентированный копинг» (47%) и «копинг, ориентированный на избегание» (47%). Т. е. юноши в каких-то ситуациях пытаются предотвратить конфликт и проявить саморегуляцию, в каких-то ситуациях стараются игнорировать проблему для того, чтобы концентрировать свое внимание на основных моментах своей работы. Исходя из вышесказанного, можно сде-

лать вывод о том, что подавляющее большинство испытуемых свое поведение выстраивают в зависимости от сложившейся ситуации и стараются решить ее.

По методике «Индикатор копинг-стратегий» (Д. Амирхан, адаптированная Н. А. Сиротой и В. М. Ялтонским) были получены следующие результаты.

Испытуемые девушки набрали максимальные баллы по шкале «поиск социальной поддержки» (высокий уровень – 91%; средний – 6%). По шкале «разрешение проблем» (высокий уровень соответствует – 50%; средний – 47%). По шкале «избегание проблем» (низкий уровень – 50%).

Испытуемые юноши набрали максимальные баллы по шкале «разрешение проблем» (высокий уровень – 91%; средний – 6%). По шкале «поиск соц. поддержки» (низкий уровень соответствует – 47%; очень низкий – 27%). Молодые люди не ищут социальной поддержки со стороны, ориентируются на свои силы. По шкале «избегание проблем» у юношей (низкий и очень низкий уровень – по 470%).

Сравнивая показатели, можно констатировать, что у девушек преобладает в поведении ориентация на социальную поддержку, а у юношей – на разрешение проблем.

Для того чтобы установить взаимосвязь адаптивных способностей и копинг-стратегий, был проведен корреляционный анализ Спирмена:

1. Корреляционный анализ данных респондентов-девушек (группа А):

- чем выше уровень адаптивных способностей, тем достоверно выше степень выраженности копинг-стратегии, направленной на разрешение проблем (при $r=0,355$, при $p\leq 0,05$);

- чем выше уровень коммуникативных способностей, тем достоверно выше степень выраженности стратегии, направленной на эмоции (при $r=0,336$, при $p\leq 0,01$);

- чем выше уровень нервно-психической устойчивости, тем ниже степень проявления копинга социальной поддержки (при $r=-0,397$, при $p\leq 0,01$).

Таким образом, можно отметить, что у респондентов-девушек высокий уровень адаптивных способностей связан со стратегией разрешения проблем, коммуникативные способности взаимосвязаны с стратегией направленной на эмоции, а при проявлении нервно-психической устойчивости они не рассчитывают на социальную поддержку, пытаются действовать самостоятельно.

2. Корреляционный анализ данных респондентов-юношей (группа Б):

- чем уровень адаптивных способностей, тем достоверно выше степень проявления копинг-стратегии на решения проблем (при $r=0,355$, при $p\leq 0,05$);

- чем чаще нервно-психическая устойчивость, тем достоверно выше степень проявления копинга на решения задач (при $r=0,480$, при $p\leq 0,01$);

– чем чаще проявляется «моральная нормативность», тем достоверно ниже степень проявления копинг-стратегии направленной на избегание (при $r=-0,468$, при $p\leq 0,01$);

– чем чаще проявляются коммуникативные способности, тем достоверно выше степень проявления копинга направленного на эмоции (при $r=0,430$, при $p\leq 0,05$).

Таким образом, у респондентов-юношей (группа Б), проявляется высокий уровень адаптивных способностей, который связан с копинг-стратегией, направленной на решение проблемы. При нервно-психической устойчивости юноши проявляют копинг на решение задач. При проявлении способностей моральной нормативности юноши не стремятся прибегать к стратегии избегания.

Резюмируя вышеизложенное, можно констатировать, что взаимосвязь адаптивных способностей и копинг-стратегий существует, и она характеризуется спецификой проявления у юношей и девушек.

Список литературы

1. Абабков, В. А. Защитные психологические механизмы и копинг: анализ взаимоотношений / В. А. Абабков // Актуальные проблемы клинической психологии и психофизиологии : материалы научно-практической конференции «Ананьевские чтения-2004» / под ред. Л. А. Цветковой. – СПб. : Изд-во СПбГУ, 2004. – С. 14-22.
2. Карина, О. В. Проблема прокрастинации в массовом сознании молодого поколения / О. В. Карина // Актуальные проблемы исследования массового сознания : материалы 2-й Международной научно-практической конференции / Пензенский государственный университет. – 2015. – С. 315-322.
3. Киселева, М. А. Социальное самочувствие личности в контексте проблемы прокрастинации / М. А. Киселева, О. В. Карина, Н. Е. Шустова // Научный вестник МГИИТ. – 2015. – № 3 (35). – С. 30-33.
4. Левитов, Н. Д. Фрустрация как один из видов психологических состояний / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1997. – № 6. – С. 118-126.
5. Лученкова, М. А. От прокрастинации к реализации жизненных целей : монография / М. А. Лученкова. – Саратов : Саратовский источник, 2016. – 124 с.
6. Шустова, Н. Е. Социальная мимикрия как адаптивный способ взаимодействия личности с социумом в неблагоприятных условиях / Н. Е. Шустова, М. А. Киселева, О. В. Карина // Научный вестник МГИИТ. – 2015. – № 4 (36). – С. 66-69.

Пятницкая Елена Владимировна,

кандидат психологических наук, доцент, Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского Балашовский институт (филиал), г. Балашов, Россия

Кобелева Александра Сергеевна,

студент, Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского Балашовский институт (филиал), г. Балашов, Россия

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. Проблема смысловых ориентаций обучающихся подросткового возраста, рассматривается в контексте понимания смысла жизни в трудах зарубежных и отечественных ученых, определяется специфика смысловых ориентаций обучающихся. Анализируется взаимосвязь с ожиданиями личности, которые оказывают влияние на построение жизненной траектории человека в условиях общественного бытия, формирование ответственности за принятые решения.

Ключевые слова: смысловые ориентации; смысл жизни; осмысленность жизни; подростки; ожидания; психология подростков.

Pyatnitskaya Elena Vladimirovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

Kobeleva Alexandra Sergeevna,

Student, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

LIFE-MEANING ORIENTATIONS OF ADOLESCENT STUDENTS

Abstract. The problem of life-meaning orientations of students of adolescent age is considered in the context of understanding the meaning of life in the works of foreign and domestic scientists, the specifics of life-meaning orientations of students are determined. The article analyzes the relationship with the personal experiences that influence the construction of a person's life trajectory in the conditions of social life, the formation of responsibility for decisions made.

Keywords: life-meaning orientations; meaning of life; meaningfulness of life; adolescents; anticipation; psychology of adolescents.

Подростковый период является переходом ребенка от детства к взрослости, перестройки физиологических и психологических процессов, формирования взглядов и убеждений. Происходит образование относительно устойчивой системы ценностей и смыслов, которая проявляется в ориентациях личности и определяет направление её дальнейшего развития.

Проблема смысловых ориентаций связана с ожиданиями, ориентированными на построение жизненных перспектив. Смысловые ориентации подростков формируются в социокультурной среде при

усвоении социального опыта, они проявляются в целях, идеалах, убеждениях, интересах и других аспектах сознания личности, направляют ее поведение и определяют выбор жизненного пути [4]. Феномен личностных экспектаций является системой индивидуальных ожиданий, которые касаются всех сфер жизнедеятельности человека, выступают индикатором его самоофективности, социальной полезности и степени социальной активности в обществе [6].

Смысл жизни человека, по мнению многих исследователей, представляет собой сложно организованную систему смыслов. Согласно Виктору Франклу, переживание смысла жизни человеком включает в себя ощущения чувства оптимизма и волнения от жизни, ощущение того, что повседневная деятельность имеет смысл, наличие целей и стремления к чувству достижения их. Так человек всегда стремится обрести смысл, но если это стремление остается нереализованным, он ощущает фрустрацию или вакуум [5].

Д. А. Леонтьев считал, что смысл жизни содержится в трех направлениях: в будущем, как цели; в настоящем, как чувство полноты и насыщенности жизни; в прошлом, как удовлетворенность итогами прожитой жизни [3, с. 40]. К смысложизненным ориентациям Д. А. Леонтьевым были отнесены: потребности, личностные ценности, смысл жизни, мировоззрение и отношение к себе.

Рассматривая подходы отечественных и зарубежных психологов, можно сделать вывод, что человек при помощи самопознания определяет свои смысложизненные ориентации, личностные ценности, мировоззрение, потребности, что в дальнейшем приводит его к способности выполнять значимую функцию управления собственным поведением. Кроме того, данная способность позволяет существенно снизить прокрастинационные задержки в реализации поставленных целей и личность обретает вариативные возможности оптимизировать своей жизненный сценарий [1; 2].

В научном сообществе существуют различные трактовки понятия «экспектация». Экспектации рассматриваются как регулятор деятельности (Д. Брунер, М. Вебер, Х. Хекхаузен, Д. Мак-Клеллан) и как личностное образование (Г. М. Андреева, А. М. Прихожан, Н. Б. Трофимова), как психологическое состояние человека (И. Линград, Ю. Е. Сосновикова). Большинство исследователей убеждены в том, что индивидуальные экспектации человека являются неотъемлемой составляющей всех сфер его жизнедеятельности.

Наше исследование было посвящено изучению смысложизненных ориентаций в контексте особенностей экспектаций личности. В исследовании приняли участие подростки в возрасте 13-14 лет в количестве 24 человек. В ходе эмпирического исследования использовались следующие методики: опросник «Личностные экспектации» О. В. Кариной, М. А. Киселевой, Н. Е. Шустовой, тест «Смысложизненные ориентации» (методика СЖО) Д. А. Леонтьева, методика «Шкала базовых убеждений» (Р. Янов-Бульман).

Анализируя данные по опроснику «ЛиЭкс» (О. В. Кариной, М. А. Киселевой, Н. Е. Шустовой), было установлено, что в обследуемой группе подростков наблюдаются позитивные и реалистичные ожидания в сфере межличностных отношений, что соответствует наличию адекватных ролей принимаемых в обществе, процесса прогнозирования поведения своего и окружающих. В контексте жизненной перспективы подростки проявляют нереалистичность и гибкость ожиданий. Отсутствие жизненных планов можно связать с отсутствием позитивного образа будущего. Так как подростки могут испытывать когнитивные ограничения в восприятии динамично меняющейся, разнообразной социальной информации, и это не позволяет им выстраивать адекватные ожидания и прогнозы относительно своей жизни, что в дальнейшем может негативно сказаться на реализации учащихся в обществе, поиске своего пути в жизни, нахождении своего места. В сфере личностного потенциала преобладают позитивные и конкретные ожидания, которые создают для личности возможность оптимального жизненного продвижения.

С помощью теста «Смысложизненные ориентации» (методика СЖО) Д. А. Леонтьева было установлено, что у респондентов преобладает высокий уровень выборов по шкалам: «Локус-контроля – жизнь» группа испытуемой молодежи характеризуется этапом активного развития самосознания, предполагающего заинтересованность в своем будущем; «Цели в жизни» – характеризуются преобладанием целеустремленности, наличием у респондентов целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу; «Результат» – означает стремление достичь удовлетворенности в жизни и самореализации; «Процесс жизни» – восприятие жизни как интересной, эмоционально насыщенной и наполненной смыслом.

По результатам методики «Шкала базовых убеждений» (Р. Янов-Бульман) выявлено, что в обследуемой группе преобладает базисное убеждение «Случайность», является проявлением внешних непознанных закономерностей в действительности, проявление результата пересечения predetermined процессов или событий. Кроме того, выявлены высокие показатели по шкалам:

- «Благосклонность мира», убеждение о том, что в мире гораздо чаще происходит что-то хорошее, нежели плохое.

- «Доброта людей», убеждение в том, что окружающие по своей природе скорее расположены к доброте и альтруистическим проявлениям.

- «Справедливость», убеждение в наличии нравственной санкции, которая должна применяться в совместной жизни людей, которая применима при сталкивающихся желаниях, интересах, поступках.

- «Степень удачи, везения», определяет переживание особенно положительных, отрицательных или невероятных событий, которые произошли спонтанно, неожиданно, с малой долей вероятности.

С помощью корреляционного анализа Спирмена была выявлена взаимосвязь смысложизненных ориентаций и личностных экспектаций респондентов. Было установлено что, чем выше показатели по шкале «Процесс жизни», тем позитивнее ожидания в сфере межличностных отношений у респондентов ($r_s=0,537$, при $p \leq 0,01$), т. е. восприятие процесса жизни как интересного, эмоционально насыщенного и наполненного смыслом, позволяет подростку прогнозировать стабильность, надежность своего положения в социуме. Чем выше показатели по шкале «Результат», тем позитивнее ожидания в сфере межличностных отношений ($r_s=0,411$, при $p \leq 0,05$) и к собственному личностному потенциалу ($r_s=0,524$, при $p \leq 0,01$), т.е. при стремлении к ощущению удовлетворенности своей жизнью, осуществления процесса самореализации, респондент может прогнозировать стабильность и надежность своего положения в социуме. Чем выше показатели по шкале «Цели», тем позитивнее ожидания в контексте жизненной перспективы ($r_s=0,425$, при $p \leq 0,05$), т. е. наличие целеустремленности и целей в будущем, позволяют подростку надеются на то, что в жизненной перспективе он добьется успехов. Чем выше показатели по шкале «Локус контроля – жизнь», тем позитивнее ожидания к собственному личностному потенциалу ($r_s=0,496$, при $p \leq 0,05$), т. е. ориентир на жизнь, соответствие жизни своим целям и задачам, представлениям о смысле жизни, позволяют подростку положительно относиться к своим личностным характеристикам. Чем выше показатели по шкале «Локус контроля – Я», тем позитивнее ожидания к собственному личностному потенциалу ($r_s=0,561$, при $p \leq 0,01$), т. е. ориентир на себя и на свои возможности, контролируемость своих решений, позволяет подростку положительно относиться к своим качествам.

Позитивное ожидание в сфере межличностных отношений взаимосвязано с такими базовыми ценностями как, доброта людей ($r_s=0,667$, при $p \leq 0,01$), убеждением о случайности в жизни ($r_s=0,749$, при $p \leq 0,01$). Позитивные ожидания в контексте жизненной перспективы взаимосвязаны с убеждением о случайности происходящих событий ($r_s=0,587$, при $p \leq 0,01$), убеждением о ценности «я» ($r_s=0,65$, при $p \leq 0,01$). Позитивные ожидания к собственному личностному потенциалу взаимосвязаны с самоконтролем ($r_s=0,711$, при $p \leq 0,01$), ценностью «я» ($r_s=0,75$, при $p \leq 0,01$).

Таким образом, исследование показало, что подростки, имеющие положительные смысложизненные ориентации, выстраивают положительные, реалистичные экспектации в сфере межличностных отношений, личностного потенциала и жизненной перспективы.

Список литературы

1. Карина, О. В. Проблема прокрастинации в массовом сознании молодого поколения / О. В. Карина // Актуальные проблемы исследования массового сознания : материалы 2-й Международной научно-практической конференции / отв. ред. В. В. Константинов ; Пензенский государственный университет. – 2015. – С. 315-322.

2. Киселева, М. А. Социальное самочувствие личности в контексте проблемы прокрастинации / М. А. Киселева, О. В. Карина, Н. Е.Шустова // Научный вестник МГИИТ. – 2015. – № 3 (35). – С. 30-33.
3. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1999. – 487 с.
4. Лученкова, М. А. От прокрастинации к реализации жизненных целей : монография / М. А. Лученкова. – Саратов : Саратовский источник, 2016. – 124 с.
5. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.
6. Шустова, Н. Е. Социальная мимикрия как адаптивный способ взаимодействия личности с социумом в неблагоприятных условиях / Н. Е. Шустова, М. А. Киселева, О. В. Карина // Научный вестник МГИИТ. – 2015. – № 4 (36). – С. 66-69.

Григорьева Анна Викторовна,

студент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Водяха Сергей Анатольевич,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ОСОБЕННОСТИ ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ЖЕНЩИН С НЕТРАДИЦИОННОЙ СЕКСУАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИЕЙ

Аннотация. Женщины с нетрадиционной сексуальной ориентацией демонстрируют высокую значимость идентификации с партнером. Также, по результатам исследования было выявлено, что для женщин данной группы характерна сверхценность сексуальных и интимных отношений с потребностью добиваться недоступного партнера.

Ключевые слова: гендерная идентичность; гендер; женщины; психология женщин; сексуальная ориентация; нетрадиционная сексуальная ориентация; половая идентичность.

Grigorieva Anna Viktorovna,

Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Vodyakha Sergey Anatolyevich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PECULIARITIES OF GENDER IDENTITY OF WOMEN WITH A NON-TRADITIONAL SEXUAL ORIENTATION

Abstract. Women with a non-traditional sexual orientation demonstrate a high value of identification with a partner. Also, according to the results of the study, it was revealed that women in this group are characterized by the overvalue of sexual and intimate relationships with the need to seek an inaccessible partner.

Keywords: gender identity; gender; women; psychology of women; sexual orientation; non-traditional sexual orientation; gender identity.

Несмотря на то, что вопросы личностной, а в частности, гендерной идентичности в психологии активно изучаются, чаще внимание исследователей обращено на взаимосвязь гендерной идентичности и профессионального статуса женщины или на формирование идентичности в подростковом возрасте. Вместе с тем, изменение социально-культурной роли женщины, усиление ее экономической автономности и независимости от мужчины приводит к проявлению большего разнообразия в вариантах отношений, которые женщина выстраивает в ходе своей жизни. Тенденции к размыванию традиционных гендерных ролей проявляются не только в рамках конфликта профессиональной самореализации и выполнения се-

мейных ролей, но и в аспектах гендерной самоидентификации и межличностного полоролевого поведения, но, при этом, недостаточно современных исследований, посвящено женщинам с нетрадиционной ориентацией, особенно, если это касается женщин среднего возраста.

Среди отечественных ученых, тему женской гендерной идентичности и сексуальной ориентации исследовали Ц. П. Короленко, Т. А. Шпикс, Н. В. Дмитриева, В. М. Целуйко, Т. П. Гаврилова.

Первыми отечественными учеными, предложившими классификацию женщин с нетрадиционной ориентацией на основе критерия половой аутоидентификации, были А. М. Свядош и Е. М. Деревинская [4].

В. М. Целуйко в своей работе «Психология нетрадиционной любви» говорит о том, что, в соответствии с выделением разнонаправленных половых ролей (гендерных и сексуальных), которые определенным образом сказываются на характере поведения личности, в структуре половой идентичности можно условно выделить два самостоятельных блока: гендерную идентичность и сексуальную идентичность.

У людей с неопределенной половой позицией наблюдаются девиации психосексуального развития, которые могут найти свое отражение в любой из трех составных частей половой идентичности. Нарушения могут касаться полового самосознания и полоролевого поведения, что соответствует гендерной идентичности, или же области психосексуальной ориентации (сексуального влечения), что соответствует идентичности сексуальной [5].

От нарушений половой идентичности следует отличать расстройства половой идентичности: состояние, когда половое самосознание индивида не совпадает с его биологическим полом, вызывая желание изменить его.

Нарушения половой идентичности – вариации конфликтного – осознаваемого или неосознаваемого – соотношения маскулинности и феминности у мужчин и женщин, которые определенным образом проявляются в их поведении и вызывают различные трудности и проблемы в личной и семейной жизни их носителей [5].

Т. П. Гаврилова выделяет пять типов женщин с нарушениями женской половой идентичности: «маскулинная», «женственная», «псевдомаскулинная», «спутанная». Оказалось возможным внутри маскулинного типа выделить два подтипа: «высоко» и «умеренно» маскулинные.

«Высоко маскулинная» – это женщина, принимающая в себе мужское начало и отвергающая женское. Ее половая идентичность складывается в эдиповой фазе через идентификацию с властной матерью. Умеренно маскулинная женщина ближе всего к андрогинной.

«Умеренно маскулинная» женщина андрогинна, она принимает в себе и мужское и женское начало. Ее половая идентичность также складывается в эдиповой фазе. Для нее тоже мать является моделью усвоения половой роли. Отец не оказывает на развитие девочки большого влияния в силу своей занятости или невключенности в воспитание.

«Женственная женщина» характеризуется тем, что принимая свою женскую половую роль, она глубинно не принимает себя. В основе этого женского типа – конфликтная структура Я, которая восходит в своем развитии к дошкольному возрасту. В детстве женственные женщины переживают развод родителей, появление в семье отчима, трудности в поддержании отношений с разведенным отцом. Их матери чаще всего красивы, эгоцентричны и вызывают всеобщее восхищение. Для девочки эта недоступная прекрасная женщина – объект неразделенной любви, потому что мать или холодна или небрежна в обращении с дочерью. Любящему отцу не удастся компенсировать дочери недостаток материнской любви.

Псевдомаскулинная женщина обнаруживает себя по преимуществу в мужских мотивациях и в мужских формах поведения, и в этом она сходна с высокомаскулинной женщиной, но при этом эротически себя никак не проявляет, отрицая эту сторону жизни.

У псевдомаскулинной женщины в детстве – холодная отвергающая ее маскулинная мать авторитарного склада, подчиняющийся матери отец.

Женщины, отнесенные к «запутанному» типу, ближе всех остальных к «псевдомаскулиным»: она так же неопределенна по полу, но более женственна. У нее есть и мужские и женские мотивации, но она не знает, какова ее половая роль. Если ее спросить, принимает ли она в себе свое мужское или женское, она была бы в затруднении, потому что не задумывалась об этом [6].

У девочки формируется амбивалентное отношение к женщинам: пренебрежение, презрение к женщинам и одновременно восхищение ими. Отношения с женщинами первоначально складываются, как идеализация, проходя затем через стадии слияния и разочарования.

На этот феномен указывает Ц. П. Короленко в описании женщин с пограничной личностной организацией, проявляющих сексуальную флюидность: «Нестойкость межличностных отношений выражалась в максималистской реакции на эмоциональные несовпадения, замечания, проявление невнимательности, забывчивости. Нетерпимое отношение к различным «несовпадениям» обострялось по мере установления все более близких отношений. Чем ближе становились отношения, тем более увеличивалась опасность их разрыва, когда после обожествления, возвеличивания возникало полное обесценивание» [3].

Таким образом, конфликтные отношения с материнской фигурой приводят к формированию амбивалентного, но очень притягательного образа другой женщины и неустойчивого, противоречивого образа себя.

Методология исследования. В исследовании приняли участие 60 женщин. Респонденты делились на две группы: женщины с нетрадиционной сексуальной ориентацией (29 человек) и женщины с гетеросексуальной ориентацией (31 человек). Для разделения женщин на группы использовалась входная анкета. В группу, условно названную «ЛГБТ-

женщины», вошли респонденты как с гомосексуальной, так и с бисексуальной ориентацией. Возраст респондентов от 30 до 44 лет. В исследовании участвовали женщины, проживающие в г. Екатеринбурге. Время проведения исследования февраль-март 2020 г.

В исследовании использовались следующие методики:

1. Рольевые позиции в межличностных отношениях по Э. Берну.
2. Методика изучения гендерной идентичности (Л. Б. Шнейдер).
3. Опросник «Рольевые ожидания и притязания в браке» (А. Н. Волкова).
4. Методика диагностики склонности к 13 видам зависимостей (Г. В. Лозовая).
5. Методика «Личностная и социальная идентичность» (А. А. Урбанович).

Для сравнения полученных данных мы использовали непараметрический статистический критерий Манна-Уитни, предназначенный для выявления различий показателей в двух несвязных выборках.

Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

*Склонность к аддикциям женщин
традиционной и нетрадиционной ориентации*

Склонность к аддикциям	Mean_1	Mean_2	Rank_1	Rank_2	U	p_value
Эмоц.-псих. ожидания	7,414	6,516	30,81	30,21	304	0,028
Эмоц.-псих. притязания	6,414	5,226	32,259	28,855	275	0,009
лиси семья	8,034	9,613	30,328	30,661	594	0,03
Гендерная идентичность	2,138	2,516	28,224	32,629	590	0,021
Аддикция алкоголь	13,138	10,806	28,379	32,484	310,5	0,039
Аддикция никотин	10,586	8	32,241	28,871	321	0,036
Эмоц.-псих. ожидания	7,414	6,516	30,81	30,21	304	0,028

В результате были обнаружены следующие статистически значимые различия: по шкалам Эмоционально-психотерапевтическая (ожидания) и Эмоционально-психотерапевтическая (притязания) – $p=0,028$ и $p=0,09$ более высокие результаты демонстрируют женщины из ЛГБТ-группы; по шкале Личностная и социальная идентичность (семья) $p=0,03$ и по шкале Гендерная идентичность – $p=0,021$ более высокие результаты у гетеросексуальных женщин; по шкалам Аддикция (алкоголь) и Аддикция (никотин) $p=0,039$ и $p=0,036$ выше показатели у женщин с нетрадиционной ориентацией.

Эти данные говорят о том, что для женщин с нетрадиционной ориентацией, в среднем, больше, чем для гетеросексуальных женщин важна идентификация с партнером и эмоционально-психологическая сфера отношений. Женщины из ЛГБТ-группы более склонны к образованию зависимости от алкоголя и никотина. Для гетеросексуальных женщин, по результатам исследования, большее значение имеет семья и исполнение семейных ролей. Они чаще демонстрируют сформированную гендерную идентичность, в отличие от ЛГБТ-группы.

Таким образом, статистически подтверждается гипотеза о том, что женщинам с нетрадиционной сексуальной ориентацией свойственна диффузная гендерная идентичность.

Таблица 2

*Результаты факторного анализа
(женщины с нетрадиционной ориентацией)*

Показатели	1 фактор	2 фактор	3 фактор	4 фактор	5 фактор	6 фактор
РОП-Интимно-сексуальная	0,027	0,047737	0,807229	0,074782	0,011015	0,099875
РОП-Идентификация с партнером	0,0365	0,552500	-0,2301	-0,0776	-0,0804	-0,0788
РОП-Хоз-быт (ожидания)	-0,0254	0,270008	-0,0421	-0,8168	-0,0888	-0,0328
РОП-Хоз-быт (притязания)	0,2839	0,525613	0,154218	-0,0657	0,491951	-0,2245
РОП-Род-воспит(ожидания)	-0,072	0,238269	-0,0150	-0,7854	-0,1481	-0,1751
РОП-Соц. актив. (ожидания)	-0,021	-0,0497	0,049886	-0,5688	0,102811	0,136026
РОП-Соц. актив. (притязания)	0,0915	-0,0171	-0,4232	0,325716	0,567885	0,363831
РОП-Эмоц.-псих. (ожидания)	-0,3659	0,187165	-0,4207	-0,5780	-0,2575	0,095042
РОП-Эмоц.-псих. (притязания)	0,0429	0,866480	0,062948	-0,0127	-0,0771	-0,1833
РОП-Привлек. (ожидания)	0,4127	0,074371	-0,1967	-0,5924	0,367479	0,320472
РОП-Привлек. (притязания)	-0,0614	-0,2837	0,335016	-0,1061	-0,0818	0,605862
ЛИСИ/работа	0,6326	0,008969	-0,2184	0,261932	-0,0121	0,058288
ЛИСИ/мат.пол.	0,7610	-0,0333	0,211606	0,065494	0,002491	-0,1128
ЛИСИ/внутр.мир	0,7572	0,085263	0,294341	-0,1784	0,202201	-0,0594
ЛИСИ/здоровье	0,6611	-0,4147	0,026985	0,019975	-0,1949	-0,0603
ЛИСИ/семья	0,5920	0,402916	-0,0955	0,371464	-0,2109	0,035303
ЛИСИ/окружающие	0,3013	0,570944	-0,1207	0,049498	-0,1727	0,467966
ЛИСИ/будущее	0,7821	0,097938	0,273444	-0,0851	0,250745	-0,0496
ЛИСИ/общество	0,7938	0,245026	-0,2608	0,124392	-0,0166	-0,1127
МИГИ/ж	0,0678	0,613967	0,435135	-0,2512	-0,0589	0,263012
МИГИ/м	0,0193	0,671531	0,214713	-0,2235	-0,16094	0,073050

МИГИ/идент	0,202453	-0,4787	-0,2998	0,153461	-0,0626	0,166009
Аддик/TV	0,014470	-0,3422	-0,0346	-0,2427	0,6416	-0,0286
Аддик/любов	-0,2059	0,0473	0,7304	0,028109	0,099657	0,017143
Аддик/секс	-0,036	0,142306	0,742638	0,056626	-0,1943	0,213988
Аддик/пища	-0,6393	0,229033	0,179367	0,001062	0,167951	-0,0823
Аддик/труд	-0,016	0,060675	-0,0568	0,269369	0,764869	-0,0901
Аддик/ЗОЖ	0,363990	-0,0241	0,005640	-0,1776	0,107539	0,621848
Аддик/нарк	-0,2442	0,064742	-0,6384	-0,0469	0,038662	0,360283
Аддик/общая	-0,5182	0,001167	0,378214	0,021178	0,351115	0,513030
Expl.Var	5,875159	4,592562	3,759368	3,565459	3,047289	2,923471
Prp.Totl	0,146879	0,114814	0,093984	0,089136	0,076182	0,073087

Факторы (группа ЛГБТ-женщин). По результатам факторного анализа первичных результатов эмпирического исследования было выделено 6 факторов.

При анализе **первого фактора** были выделены следующие особенности личности:

– Не свойственно детское Эго-состояние. Это состояние Я следует жизненному принципу чувств. На поведение в настоящем влияют чувства из детства. Детское Я «отвечает» за творчество, оригинальность, разрядку напряжений, получение приятных, иногда «острых», необходимых в определенной степени для нормальной жизнедеятельности впечатлений (-0,5).

– Развито представление о своем материальном положении, удовлетворенность своим материальным положением, понимание путей его улучшения (0,7).

– Развита рефлексия, представление о своем внутреннем мире, своих потребностях; есть план личностного развития (0,7).

– Понимание жизненных целей и путей их достижения. Стремление к реализации своих жизненных целей, готовность к нейтрализации факторов, мешающих их достижению (0,7).

– Удовлетворенность своим социальным статусом и эмоциональная вовлеченность в развитие современного общества (0,7).

– Низкая склонность к образованию пищевой аддикции (-0,6) и низкая общая склонность к зависимому поведению (-0,5).

Таким образом, для женщин с нетрадиционной сексуальной ориентацией характерно понимание себя, своего места в обществе, своих целей.

Все это позволяет присвоить данному фактору наименование «**Личность, стремящаяся к самоактуализации**».

Анализируя **второй фактор**, мы можем выделить следующие особенности:

– Характерно Эго-состояние «Родитель», состоящее из правил поведения, норм, позволяющих индивиду успешно ориентироваться в стандартных ситуациях. Для проявлений этого состояния характерна категоричность в суждениях и действиях, возможно излишнее проявление самоуверенности при взаимодействии с людьми.

– Установка женщины на личностную идентификацию с брачным партнером: ожидание общности интересов, потребностей, ценностных ориентаций, способов время препровождения (0,5).

– Ориентация женщины на самостоятельное выполнение обязанностей в воспитании детей, принятие на себя родительской ответственности (0,4).

– Значимость эмоционально-психотерапевтической функции брака. Характерно женщины быть семейным «психотерапевтом», оказывать партнеру эмоциональную поддержку (0,8).

– Для женщин этой группы характерно понимание ценности отношений с окружающими, стремление поддерживать дружеские контакты, убежденность, что окружающие нуждаются в них.

– При этом женщинам этой группы свойственен низкий уровень сформированности гендерной идентичности (-0,4).

Таким образом, характерной чертой личности данного типа является ориентация на заботу о партнере, принятие на себя ответственности за него, потребность быть нужной, быть «спасателем».

Вышесказанное позволяет присвоить второму фактору наименование **«Личность, проявляющая родительскую заботу о партнере»**.

В состав **третьего** фактора несколько личностных черт:

– Женщина считает сексуальную гармонию важным условием супружеского счастья, отношение к партнеру существенно зависит от оценки его как сексуального партнера (0,8).

– Повышенный риск образования любовной зависимости (любовной аддикции), которая проявляется в возникновении любви к недоступному объекту или объекту, с которым развитие отношений невозможно, но пребывание в таких отношениях доставляет удовольствие (0,7).

– Повышенный риск образования сексуальной зависимости (сексуальной аддикции), которая характеризуется неспособностью аддикта контролировать сексуальные чувства, управлять или откладывать, а часто и выбирать место, время и обстоятельства удовлетворения сексуальных потребностей (0,7).

– При этом женщинам этой группы свойственен низкий уровень склонности к формированию зависимости от наркотических веществ (-0,6).

Таким образом, наиболее яркой чертой этого типа женщин становится сверхценность сексуальных отношений и, при этом, потребность добиваться недоступного партнера. Возможно, причиной является глубинная потребность в принятии со стороны партнера, в том числе признания собственной телесности. Это позволяет обозначить данный фактор наименованием **«Сверхценность секса и отношений»**.

Анализируя **четвертый** фактор, мы можем выделить следующие особенности:

– Для женщин не характерны ожидания от партнера активного участия в организации быта. К нему не предъявляются требования по решению бытовых вопросов (-0,8).

– Также отсутствуют ожидания выполнения родительской роли. Партнер не оценивается с точки зрения выполнения родительских функций (-0,7).

– Не имеет значения социальный статус партнера и его активность в обществе (-0,5).

– Не свойственно ожидание эмоциональной поддержки от партнера (-0,5).

– Также не имеет решающего значения привлекательность внешности партнера (-0,5).

Данный фактор можно обозначить, как **«Низкие ожидания по отношению к партнеру»**.

При анализе **пятого** фактора, выделяются следующие особенности:

– Для женщин характерны установки на собственное активное участие в ведении домашнего хозяйства (0,4).

– Значимость внесемейных, общественных интересов, выраженность собственных профессиональных потребностей (0,5).

– Повышенный риск образования телевизионной зависимости (0,6).

– Повышенный риск образования трудовой зависимости – чрезмерной зависимости от своей трудовой деятельности, побуждение к постоянному совершенствованию результатов деятельности и получение от этого удовольствия, при этом круг интересов человека сужается только до нее, в ущерб всем остальным сферам жизни (0,7).

Данный фактор можно обозначить, как **«Самореализация через профессиональную деятельность»**.

Шестой фактор характеризуется следующими чертами:

– Установка на собственную привлекательность, стремление модно и красиво одеваться, ориентацию на современные образцы внешнего облика (0,6).

– Повышенный риск образования игровой зависимости (0,4).

– Повышенный риск образования лекарственной зависимости (0,5).

– Повышенный риск образования зависимости от ведения здорового образа жизни (0,6).

– При этом для женщин не характерно проявление Эго-состояния «Взрослый», при котором человек воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реальность (-0,4).

Этот фактор можно обозначить **«Склонность к образованию зависимости»**.

На основании полученных результатов были сформулированы следующие выводы: наибольшие различия между исследуемыми группами обнаруживаются в аспекте взаимодействия с партнером: ожидания по отно-

шению к партнеру, ценность отношений с ним, распределение ответственности и контроля внутри пары. Женщины с нетрадиционной сексуальной ориентацией демонстрируют высокую значимость идентификации с партнером. Также по результатам исследования было выявлено, что для женщин данной группы характерна сверхценность сексуальных и интимных отношений с потребностью добиваться недоступного партнера.

Список литературы

1. Борисова, И. В. Совладающее поведение женщин с разной сексуальной ориентацией и гендерной идентичностью / И. В. Борисова, К. И. Хулина // Клиническая и специальная психология. – 2017. – Т. 6, № 4. – С. 33-46. – doi: 10.17759/psyclin.2017060403.
2. Водяха, С. А. Взаимосвязь осмысленности жизни и показателей самореализации взрослых людей / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Управление развитием профессиональной компетентности личности: история, теория, практика : сборник материалов Международной научно-практической конференции : в 2-х т. – Белгород, 2017. – С. 72-76.
3. Короленко, Ц. П. Сексуальная флюидность у пациенток с пограничной личностной организацией / Ц. П. Короленко, Т. А. Шпикс // Обзорение психиатрии и медицинской психологии. – 2012. – № 2. – С. 97.
4. Маленова, А. Ю. Особенности полоролевой идентичности у молодых женщин с нетрадиционной сексуальной ориентацией / А. Ю. Маленова, К. В. Малюга // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2017. – № 3. – С. 66-78.

Пруцкова Елена Александровна,

старший преподаватель, Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Россия

Ярыгина Марина Петровна,

старший преподаватель, Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Россия

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ КАК ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА XXI ВЕКА

Аннотация. Современный мир – это эпоха глобального перехода людей в виртуальный мир. В статье авторы рассматривают влияние социальных сетей на физическое, социальное и психологическое состояние людей.

Ключевые слова: социальные сети; Интернет; интернет-зависимость; интернет-сайты; интернет-пространство; интернет-пользователи; физическое здоровье; психическое здоровье; социальное здоровье.

Prutskova Elena Aleksandrovna,

Senior Lecturer, Tambov State University named after G.R. Derzhavin, Tambov, Russia

Yarygina Marina Petrovna,

Senior Lecturer, Tambov State University named after G.R. Derzhavin, Tambov, Russia

SOCIAL NETWORKS – A BAD HABIT OF THE XXI CENTURY

Abstract. The modern world is an era of global transition of people to the virtual world. In the article, the authors consider the impact of social networks on the physical, social and psychological state of people.

Keywords: social networks; Internet; internet addiction; internet sites; internet space; internet users; physical health; mental health; social health.

Так что же такое социальные сети? Вирус XXI века или средство от одиночества, копилка полезной информации или пропасть в незнание? Этим вопросом задаются ученые всего мира. Зачем и для чего, сами же люди изобрели то, что поглощает нас уже множество десятилетий?

Дадим, прежде всего, определение понятия социальная сеть (Интернет) – интерактивный многопользовательский веб-сайт, контингент которого наполняется самими участниками сети. Сайт представляет собой автоматизированную социальную среду, позволяющую общаться группе пользователей, объединенных общим интересом [1]. К ним относятся и тематические форумы, особенно отраслевые, которые активно развиваются в последнее время.

Так самыми популярными социальными сетями в России считаются ВКонтакте, Одноклассники, Мой мир, Facebook, Twitter, Instagram, Телеграмм, Tik-Tok, YouTube и т. д. Все чаще мы слышим на сколько стало велико влияние социальных сетей на современный мир, на экономику, политику, жизнь людей. Изучая влияние интернета на современный мир,

мы привели статистику регистрации на просторах интернета, с каждым годом она меняется и из года в год он приобретает всё больший и больший интерес. Из всех опрошенных респондентов, мы составили диаграмму регистрации в глобальной сети (рис. 1).

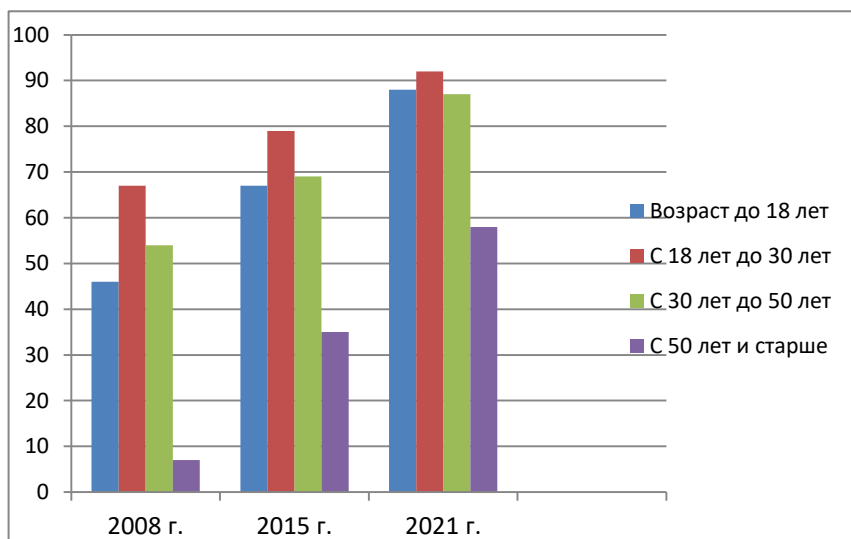


Рис. 1. Диаграмма регистрации в социальных сетях

Из нее мы видим, насколько интерес к ним усиливается, наверно в наше время тяжело найти человека, который не зарегистрирован и не является пользователем социальных сетей.

Многие из нас заняты работой, учебой, семьей, и в этой ситуации мы часто не успеваем пообщаться с нужными нам людьми в реальной жизни, а соцсети позволяют компенсировать этот недостаток общения. 93% людей, родившихся в XXI в., зарегистрированы на различных сайтах. Можно сказать, что наше поколение отдаляется от реального мира, все глубже и глубже погружаясь в виртуальные пространства. Родителям проще, когда их любимое чадо не кричит и не шумит, а тихонько играет в телефон или планшет. Ведь тогда маме или папе не надо тратить время на игры с ребёнком, не надо лепить и мастерить поделки. А освободившееся время потратить на просмотр новостей в социальных сетях, просмотр различных роликов или шопинг на расстоянии. А ведь люди устремляются в виртуальный мир только тогда, когда они чувствуют одиночество в реальном времени.

Общение, знакомство, ссоры, там все как в реальности, и для многих грань между виртуальной и реальной жизнью перестает существовать. Но для многих это не только средство общения, но и неплохой способ зарабатывать.

Таким примером может послужить всеми известный Марк Цукерберг, основатель всемирной сети Facebook. На данный момент его детище оценивается в 45 миллиардов долларов. С точки зрения многих пользователей, большим плюсом социальных сетей является шанс найти единомышленников, людей, интересы которых совпадают. Достаточно вступить в нужное вам сообщество или группу. Люди с ограниченными возможностями имеют шанс самостоятельно обучаться и налаживать общение с нужными им людьми. Но рано или поздно виртуальное общение постепенно вытесняет реальное. Больше всего от этого страдает молодежь, при виртуальном общении у них отсутствуют мимика, движение, контакт глаз, и появляется привычка сокращать слова, которая в дальнейшем передается и реальную жизнь. Постепенно появляется зависимость, которую чаще всего мы не замечаем или не хотим замечать.

Можно выделить несколько главных показателей отрицательного влияния социальных сетей на человека.

В-первых все, что Вы разместите в интернете, может быть использовано против вас.

С началом общедоступности интернета, в его базу хлынула много миллиардная информация о каждом посетителе его просторов. Многие люди даже не задумываются, что информация, расположенная ими в социальных сетях, может быть использована кем угодно и, к сожалению, может быть отрицательно направлена против самих пользователей. Безграничные просторы интернета стали прекрасно сферой для мошенников, каждый раз придумывая всё более изощренные способы обмана населения. Информатизация наступает во всех сферах нашей жизнедеятельности, создаются огромные электронные базы данных. Так, многие фирмы, прежде чем принять на работу, проверяют все странички социальных сетей кандидатов на работу. А по фотографиям можно узнать о материальном положении человека, где он отдыхает, где бывает, на каком автомобиле передвигается, где живёт. Чем конечно могут воспользоваться преступники и сборщики долгов, правоохранительные органы и так далее. Каждый раз, размещая сведения о себе, нужно помнить, теперь об этом узнает весь мир.

Во-вторых, потеря связи с внешним миром.

Интернет это одно из изобретений последнего времени, которое изменило мир. Мы заводим виртуальных друзей и подруг, общаемся с миром через экран монитора. Безусловно, самоизоляция 2020 г. сыграла большую роль в отчуждении людей от реального мира. И если слишком потерять голову от виртуального общения, можно начать воспринимать себя через отзывы других пользователей. Удивительно, но непомерное желание завести себе рекордный список «френдов» губительно для умения налаживать нормальные взаимоотношения. Более юному поколению все сложнее выражать свои мысли и чувства вслух. Мы теряем осознание реальности, происходящей вокруг нас. И всегда нужно помнить, все хорошо в меру.

В-третьих, изменением физических показателей.

Регулярное и каждодневное пребывание за гаджитами многократно сокращает нашу физическую активность, что приводит к нарушению обмена веществ. Наше тело становится менее выносливым, наши мышцы дрябнут. Происходят изменения в осанке из-за длительного пребывания в сидячем положении, страдают шейные позвонки, неправильно подобранная мебель может отрицательно сказаться на позвоночнике, на суставах. И конечно страдают больше всего глаза, очень часто происходит нарушение зрения, увеличивается давление внутри глазного яблока, появляется жжение и слезоточивость. Это лишь малая часть всех отрицательных сторон компьютеризации современного мира. Мир меняется, с ним меняемся и мы.

Несмотря на все отрицательные стороны, в социальных сетях зарегистрировано более миллиарда пользователей по всему миру и большинство не представляет жизни без них. В то же время они разрушают здоровье, психику, разбивают семьи, портят наших детей, вредят карьере, подрывают бюджет, просто крадут наше драгоценное время. Мы все чаще проводим время за компьютером и тем самым практически не двигаемся, а это в свою очередь влечёт к уменьшению физической нагрузки, от чего страдает наш организм. Все больше людей страдает ожирением, сердечно-сосудистыми заболеваниями.

К сожалению, люди XXI в. променяли книги на монитор, а знание истории своей страны на запоминание бесполезных сайтов. В итоге все это приведет нас к умственному упадку. Молодежь перестанет развиваться, теряет свою индивидуальность. К сожалению, среди наших знакомых все больше и больше можно заметить зависимых от социальных сетей.

Список литературы

1. Водяха, С. А. Влияние кибербуллинга на психологическое благополучие подростков / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Социальная психология: вопросы теории и практики : материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием памяти М.Ю. Кондратьева. – М., 2020. – С. 122-125.
2. Мазурчук, Е. О. Девиантное поведение молодежи в виртуальном пространстве: кибербуллинг / Е. О. Мазурчук // Педагогическое образование в России. – 2020. – № 6. – С. 224-229. – DOI 10.26170/ro20-06-26.

Водяха Юлия Евгеньевна,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Крылова Светлана Геннадьевна,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ДЕТЕЙ, ИСПОЛЬЗУЮЩИХ ТАЧСКРИН-ТЕХНОЛОГИИ¹

Аннотация. В статье реализован обзор исследований психологического благополучия современных детей, использующих тачскрин-устройства. Авторы рассматривают вопросы влияния цифровой среды на психологическое благополучие молодого поколения.

Ключевые слова: психологическое благополучие; тачскрин-устройства; цифровая среда; цифровые технологии; дошкольники; цифровая социализация.

Vodyakha Yuliya Evgeniiena,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Krylova Svetlana Gennadievna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF CHILDREN USING TOUCHSCREEN TECHNOLOGIES

Abstract. The article provides an overview of studies on the psychological well-being of modern children using touchscreen devices. The authors consider the issues of the influence of the digital environment on the psychological well-being of the younger generation.

Keywords: psychological well-being; touchscreen devices; digital environment; digital technologies; preschoolers; digital socialization.

В настоящее время широкое распространение цифровых технологий сопровождается растущим беспокойством о психологическом благополучии детей. Различные специалисты, высказывают недостаточно обоснованные опасения, что смартфоны губят целое поколение, потому что дети впадают в депрессию из-за использования тачскрин-технологий, широко распространенных в средствах массовой информации и даже в научно-исследовательской сфере.

Анализ научных исследований, позволяет заключить, что влияние цифровых технологий на детей не так очевидно. Поэтому научно необос-

¹ Исследование выполнено при поддержке РФФИ по гранту 20-013-00308 А.
© Водяха Ю. Е., Крылова С. Г., 2021

нованная паника, широко транслируемая в различных средствах информации, наносит, скорее всего, вреда больше для психологического здоровья детей, чем сами цифровые технологии.

Согласно Д. Кардефельт-Винтеру существует немало свидетельств положительных эффектов использования цифровых технологий. Например, дети могут использовать тачскрин-устройства, чтобы эмоционально разрядиться и психологически расслабиться, найти источники моральной и социальной поддержки в трудных жизненных ситуациях и поддерживать социальные взаимоотношения, которые являются основой психологического благополучия. Ф. Готтшальк считает, что идея о том, что использование цифровых технологий «вытесняет» другие более полезные виды деятельности, весьма спорна и не подтверждается эмпирическими фактами [3; 5].

Согласно PISA, дети, которые являются исключительными пользователями интернета менее удовлетворены жизнью и чаще подвергаются издевательствам в школе [4]. Дети, которые проводят свой досуг преимущественно в интернете чаще сообщали о том, что чувствуют себя одинокими в школе, в отличие от часто пользующихся интернетом (от 2 до 6 часов в день), умеренных пользователей интернета (от 1 до 2 часов в день) и мало пользующихся интернетом (менее 1 часа в день) [7].

Респонденты также, как правило, сообщали, что плохо себя чувствуют, не имея возможности выйти в интернет, хотя это зависит от страны и пола. Несмотря на корреляцию, обнаруженную в исследовании PISA, между различными результатами психологического благополучия и временем, проведенным в интернете, неизвестно какая переменная из этих двух является зависимой. Это означает, что до сих пор нет научно обоснованных данных, доказывающих, что дети с более низким уровнем удовлетворенности жизнью или чувствующие себя одинокими проводят больше времени в интернете, или, наоборот, время, проведенное в сети, приводит к снижению психологического благополучия.

К. Фергюсон в своих исследованиях, пришел к заключению, что не обнаружено достоверной корреляционной связи времени пользования интернетом, (для умеренных пользователей или низким мало пользующихся), с такими формами дезадаптивного поведения как преступность, рискованное поведение, сексуальные нарушения и злоупотребление психоактивными веществами. Он также высказал предположение, что даже чрезмерное использование тачскрин-устройства (более 6 часов в день) слабо коррелирует с депрессией и правонарушениями [2].

Некоторые исследования наводят на мысль о нелинейном характере взаимосвязи между психологическим благополучием и временем, проводимым ребенком в интернете, предполагая, что, возможно, существует оптимальное количество экранного времени для детей. Использование этого оптимального времени пользования тачскрин-устройством для современных детей лучше, чем его полное отсутствие или избыток. Этот

параболический эффект получил название «гипотезы Златовласки», сформулированная Э. Пжибыльски и Н. Вайнштейн [7]. Эта гипотеза была верифицирована также на детях в возрасте от 2 до 5 лет [8] и ее обоснованность репрезентируется в когнитивном развитии. Например, результаты PISA 2015 г. показывают, что во многих странах мира дети, являющиеся частыми и умеренными пользователями интернета, превосходят своих сверстников, являющихся пользователями интернета как с низким, так и с экстремальным уровнем [7].

В конце прошлого десятилетия появилось больше доказательств того, связь между экранным временем и психическим благополучием является довольно слабой. Э. Орбен совместно с Э. Пжибыльски пришли к заключению, что, несмотря на статистически слабую значимость корреляций психологического благополучия и экранного времени, противоречивости результатов, слабой надежности и валидности экспериментальных планов, результаты исследований в этой чувствительной для общественного сознания сфере, как правило, привлекают много внимания, даже когда корреляции довольно незначительны [3; 7]. Поэтому, несмотря на возможное негативное влияние тачскрин-технологий на психологическое благополучие детей и подростков, некоторые ученые утверждают, что различия в уровне субъективного благополучия, связанные с использованием цифровых устройств, слишком малы, чтобы оправдать интенсивные интервенции в этой сфере [7].

Проблема интерпретации экспериментальных данных состоит в том, что подавляющее большинство исследований, изучающих влияние экранного времени на благополучие детей, носят корреляционный характер. Методологические ограничения корреляционного экспериментального дизайна означает, что исследователи, как правило, не могут однозначно сказать, что использование цифровых технологий влияет на психологическое благополучие. Поэтому мы можем сказать лишь то, что психологическое благополучие коррелирует с экранным временем, без указания направленности.

Появляется все больше литературы, связывающей цифровые технологии с различными последствиями для детей. Эти результаты, как правило, основываются на широкомасштабных статистических данных, полученных посредством поперечных срезов. Лонгитюдных исследований, которые отслеживают динамику развития психологического благополучия на одной и той же выборке в разные периоды времени в настоящее время не опубликовано в доступных для мировой психологии источниках. Трудно не согласиться с Н. Клиффом, что, к сожалению, «с корреляционными данными невозможно изолировать эмпирическую переменную в достаточной степени, чтобы можно было однозначно установить природу отношений между переменными» [1]. Действительно, корреляционные показатели могут указывать лишь на возможную причинно-следственную связь, хотя последнюю невозможно установить его только по коэффициенту корреляции.

Анализируя результаты исследований, можно прийти к однозначному выводу, что способы, которыми цифровые технологии влияют на развитие ребенка, проверить экспериментально затруднительно. Проведение лонгитюдных исследований, возможно, поможет продвижению в выявлении причинно-следственной связи и взаимосвязи между психологическим благополучием и использованием ребенком тачскрин-устройств.

Поэтому журналистам, родителям и педагогам пока что следует проявлять осторожность и критически оценивать корреляционные данные, представленные им в исследованиях и в средствах массовой информации. Эти результаты могут вводить в заблуждение и ошибочно предполагать причинно-следственную связь между психологическим благополучием и использованием тачскрин-устройства, искажая мнения и рекомендации о необходимости использовании детьми цифровых устройств.

В то время как родители, учителя и журналисты могут опасаться цифровой модификации детской психики из-за использования ими тачскрин-устройств нам трудно не довериться аргументации К. Миллз, пришедшей к заключению, что серьезные изменения детского мозга и его «перенастройка» в результате увеличения экранного времени, к счастью, маловероятны [6]. Психологическое благополучие и когнитивное функционирование ребенка определяются множеством различных факторов, таких как его собственная активность, окружающая среда и генетика. Использование тачскрин-технологий является важным агентом влияния на развитие ребенка XXI в. Однако мозг является мощным механизмом адаптации человека к окружающей среде развивающийся в ходе эволюционного процесса. Нужно понимать, что условия проживания нашего вида на протяжении последних десятиков тысяч лет существенно изменялась. Естественно, что это не могло не приводить к модификации поведения, что фиксировалось в структуре головного мозга. Но этот процесс происходил сотни лет, если не тысячелетий. Поэтому нет никакого снования полагать, что использование тачскрин-устройств, приводят к качественному изменению аффективно-мотивационной и когнитивно-познавательной сфере человека. Поэтому задачей педагогов является максимизация потенциальных преимуществ использования тачскрин-устройств для расширения познавательного, физического и социального потенциала личности, минимизируя риски и повышая психологическое благополучие ребенка.

Поэтому авторы данной статьи согласны с Дж. Хофт-Граафланд что в настоящее время более важным делом является улучшении технологической инфраструктуры и поддержке развития цифровых навыков детей. Современные тачскрин-технологии является необходимой предпосылкой для развития цифровых навыков, а богатство онлайн-контента также может быть движущей силой для стимуляции развития ребенка и его психологического благополучия. Развитие навыков использования тачскрин-устройств детей должно стать целью образовательной политики нашей страны. Для этого

требуются скоординированные усилия, включающие развитие информационной среды в школах, информационно-технологическую подготовку учителей и возможности использования цифровых технологий в профессионального саморазвитии педагогов, а также интеграция и внедрение ИКТ в учебную программу [4]. Кроме того, обеспечение доступности контента на русском языке может предоставить больше онлайн-возможностей.

Важно помнить, что дети, несмотря на их раннее и частое знакомство с тачскрин-технологиями, нуждаются в руководстве по безопасному и ответственному их использованию. Многие исследователи считают спорной идею о том, что дети являются «цифровыми аборигенами». Поэтому важно, чтобы взрослые обладали достаточными навыками и знаниями в области использования цифровых технологий, понимая как риски, так и возможности, которые они предоставляют, чтобы иметь возможность эффективно направлять активность детей в этой сфере.

Поэтому в заключении мы можем согласиться с мнением Ф. Готтсшалк что необходимо основывать образовательную политику и руководствоваться эмпирически обоснованными фактами и закономерностями [3].

Несмотря на широкое распространение исследований посвященной проблеме влияния тачскрин устройств на когнитивное и эмоциональное развитие, до сих пор недостаточно выявлено закономерностей влияния цифровых технологий на психологическое благополучие детей. В настоящее время выявились следующие проблемы исследования данной проблемы:

1. В настоящее время недостаточно часто проводятся исследования, посвященные воздействию цифровых технологий на психологические процессы детей дошкольного возраста, потому что исторически основное внимание уделялось подросткам и старшеклассникам. Поэтому необходимо интенсифицировать исследования в области влияния тачскрин-технологий на полноценное функционирование личности дошкольника.

2. К сожалению, особое внимание уделяется преимущественно негативным аспектам использования цифровых технологий, таким как рискованное и неадаптивное поведение. В тоже время, современные ученые должны расширять базу знаний о различных онлайн-возможностях позитивного функционирования дошкольника, которые дети могут использовать в развитии в личностном и образовательном потенциале.

3. Особое внимание уделяется определенным аспектам проблемного поведения в киберпространстве, в то время как другие остаются малоизученными. Например, на сегодняшний день недостаточно исследований кибер-наблюдателей или детей, которые становятся свидетелями кибербуллинга в интернете, не являясь преступником или жертвой.

4. Результаты исследований тачскрин-технологий и психологического благополучия детей, как правило, отличаются гетерохронностью: установленные психологические факты могут оказаться устаревшими или отодвигаться на периферию исследовательского внимания из-за возникновения

новых исследовательских трендов. Флуктуация популярности различных психологических проблем, возникающих в киберпространстве, затрудняют изучение и понимание его воздействия на детей и родителей.

5. Исследования, касающиеся воздействия тачскрин-технологий на психологическое благополучие, недостаточно эмпирически верифицированы, потому что экспериментальный дизайн часто сводится к корреляционному, с использованием перекрестного экспериментального плана. Таким образом, необходимо проводить лонгитюдные исследования и оценивать мотивацию использования детьми тачскрин-технологий.

Список литературы

1. Cliff, N. Some cautions concerning the application of causal modeling methods / N. Cliff // *Multivariate Behavioral Research*. – 1983. – Vol. 18/1. – P. 115-126. – http://dx.doi.org/10.1207/s15327906mbr1801_7.
2. Ferguson, C. Everything in moderation: Moderate use of screens unassociated with child behavior problems / C. Ferguson // *Psychiatric Quarterly*. – 2017. – Vol. 88/4. – P. 797-805. – <http://dx.doi.org/10.1007/s11126-016-9486-3>.
3. Gottschalk, F. Impacts of technology use on children: Exploring literature on the brain, cognition and well-being / F. Gottschalk // *OECD Education Working Papers*. – 2019. – № 195. – <https://dx.doi.org/10.1787/8296464e-en>.
4. Hooft Graafland, J. New technologies and 21st century children: Recent trends and outcomes / J. Hooft Graafland // *OECD Education Working Papers*. – 2018. – № 179. – <https://dx.doi.org/10.1787/e071a505-en>.
5. Kardefelt-Winther, D. How does the time children spend using digital technology impact their mental well-being, social relationships and physical activity? An evidence-focused literature review / D. Kardefelt-Winther // *Innocenti Discussion Paper*. – 2017. – № 02. – <https://unicef-irc.org/publications/pdf/Children-digital-technology-wellbeing.pdf>.
6. Mills, K. Effects of Internet use on the adolescent brain: Despite popular claims, experimental evidence remains scarce / K. Mills // *Trends in Cognitive Sciences*. – 2014. – Vol. 18/8. – P. 385-387. – <http://dx.doi.org/10.1016/J.TICS.2014.04.011>.
- Orben, A. and Przybylski A. The association between adolescent well-being and digital technology use // *Nature Human Behaviour*. 2019. Vol. 3/2, pp. 173-182, <http://dx.doi.org/10.1038/s41562-018-0506-1>.
7. Przybylski, A. Digital screen time limits and young children's psychological well-being: Evidence from a population-based study / A. Przybylski, N. Weinstein // *Child Development*. – 2017. – <http://dx.doi.org/10.1111/cdev.13007>.

Болаева Герел Баатровна,

магистрант, Российский государственный социальный университет, г. Москва, Россия

Соколовская Ирина Эдуардовна,

доктор психологических наук, доцент, Российский государственный социальный университет, г. Москва, Россия

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ТРЕВОЖНОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ НА ФОНЕ ПАНДЕМИИ COVID-19 СРЕДИ ЖИТЕЛЕЙ Г. МОСКВЫ

Аннотация. В статье приводятся результаты онлайн-исследования тревожности и психологического благополучия личности среди 30 респондентов, проживающих в г. Москва. Среди 93% опрошенных была выявлена очень высокий, высокий и средний (с тенденцией к высокому) уровни тревожности. Показатель психологического благополучия «Автономность» был определен как наиболее преобладающий. Так же была выявлена обратная зависимость между уровнем тревожности и показателями психологического благополучия личности.

Ключевые слова: психологическое благополучие; тревожность личности; эмоциональные состояния; москвичи; пандемия; коронавирус; эпидемии; COVID-19.

Bolaeva Gerel Baatrovna,

Master's Degree Student, Russian State Social University, Moscow, Russia

Sokolovskaya Irina Eduardovna,

Doctor of Psychology, Associate Professor, Russian State Social University, Moscow, Russia

RESEARCH ON THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE PERSON AGAINST THE BACKGROUND OF THE COVID-19 PANDEMIC AMONG RESIDENTS OF MOSCOW

Abstract. The article presents the results of an online research of anxiety and psychological well-being of the individual among 30 respondents living in Moscow. Among 93% of the respondents, a very high, high and medium (with a tendency to high) level of anxiety was identified. The indicator of psychological well-being "Autonomy" was determined as the most predominant. The inverse relationship between the level of anxiety and indicators of psychological well-being of the individual was also revealed.

Keywords: psychological well-being; personality anxiety; emotional states; Muscovites; pandemic; coronavirus; epidemics; COVID-19.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) коронавирусная инфекция COVID-19 была впервые зарегистрирована 31 декабря 2019 г. в г. Ухань, Китай. 11 марта 2020 г. ВОЗ признал, что вспышка COVID-19 может быть охарактеризована как пандемия.

ВОЗ дает определение понятию «пандемия» как распространение нового заболевания в мировых масштабах. Пандемия происходит, когда появляется новое заболевание и распространяется по всему миру, и большинство людей не обладают иммунитетом к нему [14].

Рассмотрим определение «коронавирусная инфекции» более подробно. По данным сайта Роспотребнадзора РФ: «Коронавирусы представляют собой группу патогенов, которые вызывают респираторные и кишечные заболевания. На поверхности вирусной частицы много регулярно расположенных выступов – белков, и частица вируса под микроскопом похожа на корону, отсюда и название «коронавирус»» [13].

В Российской Федерации 31 января поступили первые сообщения о выявлении в России первых двух случаев заражения коронавирусом. 25 марта в Москве умерли два пациента с положительным тестом на COVID-19. Сообщение об их смерти стало первым официальным сообщением о смерти больных новым коронавирусом в России. С 30 марта, в рамках борьбы с распространением инфекции, Российская Федерация полностью закрыла свои границы: как для своих, так и для иностранных граждан [15].

В г. Москва с 30 марта домашний режим самоизоляции был распространён на всех жителей столицы независимо от возраста. С 13 апреля, в Москве был введен пропускной режим. С 12 мая в московском общественном транспорте и других публичных местах обязательно ношение защитных масок и перчаток [12].

Переживания за себя и своих близких, о возможном некомпетентном медицинском обслуживании, о проблемах с поставками средств индивидуальной защиты (СИЗ) и товаров первой необходимости – все это испытал каждый житель нашей страны [10]. Помимо прямого и косвенного увеличения смертности от COVID-19, появилась уголовная ответственность за распространение ложных сведений о текущей обстановке пандемии, а также штрафы на неиспользование (СИЗ) и нарушения режима самоизоляции [6]. Все выше перечисленные события не могли не способствовать усилению тревожности среди населения.

Согласно Ч. Д. Спилбергеру, тревожность – это индивидуальная психологическая особенность, состоящая в повышенной склонности испытывать беспокойство в различных жизненных ситуациях, в том числе и тех, объективные характеристики которых к этому не предрасполагают [8].

Е. С. Азабина и С. В. Ильинский отмечают, что человек с высоким уровнем тревожности менее удовлетворен своей работой, то есть чем больше факторов неопределенности будущего есть на его профессиональном поприще, тем менее он доволен своей работой [1; 11].

И. Г. Скотникова, П. И. Егорова, Ю. Л. Дубинская и Л. С. Жиганов в своем исследовании по опроснику Ч. Д. Спилбергера установили, что 48% опрошенных (из 54 человек) имеют высокий уровень тревожности, 45-59 баллов, из которых 31% – крайне высокий уровень, более 60 баллов [5].

Что касается понятия «психологическое благополучие» личности, то согласно теории К. Рифф акцент делается как на субъективно-эмоциональной оценке человеком себя и собственной жизни, так и на аспектах позитивного личностного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими) [4].

П. П. Фесенко в своих исследованиях определяет психологическое благополучие как интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного личностного функционирования, а также степени реализации этой направленности, которую субъективно можно выразить в ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью [7].

Текущая ситуация в мире на фоне пандемии COVID-19 является уникальной для исследователей. Нам представляется интересным изучить взаимосвязь тревожности и показателей психологического благополучия личности. Время исследования пришлось на первую половину апреля 2020 г., период активной самоизоляции и повышенных мер по борьбе с коронавирусной инфекцией. Город Москва был выбран как населенный пункт с самыми высокими показателями заболеваемости и смертности на территории всей Российской Федерации [2].

В связи с эпидемиологической обстановкой исследование проводилось с помощью дистанционных технологий с использованием онлайн-платформы <https://docs.google.com/> и социальных сетей.

В работе приняло участие 30 человек, 11 человек в возрасте от 17 до 25 лет и 19 человек от 25 до 40 лет. Также среди них 10 мужчин и 20 женщин. Все опрошенные являются студентами заочной формы обучения ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет» и постоянно проживают в г. Москва.

Далее мы применяли следующие методики:

- 1) анкеты: для заполнения основных сведений о респондентах (пол, возраст, место проживания);
- 2) опросник «Личностная шкала проявлений тревоги» Тейлора (версия Т. А. Немчиновым) – 50 вопросов [2];
- 3) опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (версия Т. Д. Шевеленковой и Т. П. Фесенко) – 84 вопроса [9].

В полученных результатах опросника «Личностная шкала проявлений тревоги» Тейлора, можно увидеть, что 28 из 30 опрошенных человек имеют о средний (с тенденцией к высокому, 14 чел.), высокий (12 чел.), очень высокий (2 чел.) уровни тревоги и только 2 имеют средний (с тенденцией к низкому), низкий уровни тревоги. Таким образом более 93% респондентов испытывают сильную тревожность на фоне пандемии COVID-19.

В полученных результатах опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (рис. 1) видно, что во всех показателях преобладают средние значения.

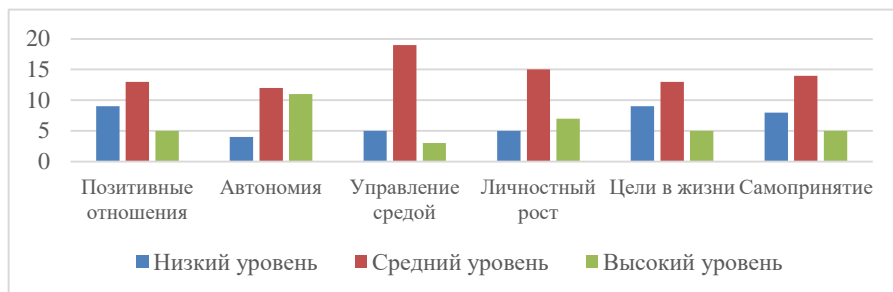


Рис. 1. Уровни показателей психологического благополучия среди респондентов

Наиболее репрезентативен результат показателя «Автономии», где средний (14 чел.) и высокий (13 чел.) уровни почти равны, то есть по сравнению с другими показателями он является наиболее преобладающим. Высокий балл по данной шкале говорит о самостоятельности и независимости, способности противостоять общественному шаблону и выбирать свою линию поведения.

Далее мы провели анализ данных с использованием статических процедур в программе SPSS Statistics 17.0 (табл. 1) [3].

Таблица 1

Коэффициент ранговой корреляции Спирмена между уровнем тревожности и показателями психологического благополучия личности

	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие
Тревожность	-,633	-,536	-,812	-,660	-,688	-,667

Полученные корреляционные связи (при значимой корреляции на уровне 0,01) иллюстрируют обратную зависимость между тревожностью и показателями психологического благополучия личности (позитивные отношения, автономия, управление средой, личностный рост, цели в жизни, самопринятие), то есть при снижении уровня тревожности возрастают все показатели психологического благополучия личности и наоборот, чем выше уровень тревожности, тем ниже будут показатели психологического благополучия.

Подводя итоги можно выделить, что на фоне пандемии COVID-19:

1. Большинство опрошенных испытывают высокую тревожность или имеют все тенденции к ее увеличению, что обусловлено активным режимом самоизоляции, снижением производства, запретом на посещение общественных мест и многим другим.

2. Среди полученных показателей психологического благополучия личности у опрошенных явно выделяется высокая «Автономность»; средний и высокий уровни почти равны и преобладают над низким, что позволяет сделать выводы о самостоятельности поведения и независимости от общественного мнения.

3. На сегодняшний день на территории Российской Федерации коронавирусная инфекция внесена в перечень заболеваний, представляющих опасность для окружающих, г. Москва также занимает лидирующую позицию по заболеваемости.

Список литературы

1. Азабина, Е. С. Взаимосвязь тревожности личности и репрезентации ее успешности / Е. С. Азабина, С. В. Ильинский // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2019. – № 1 (25).

2. Диагностика эмоционально-нравственного развития / ред. и сост. И. Б. Дерманова. – СПб. : Речь, 2002. – 128 с.

3. Ермолаев, О. Ю. Математическая статистика для психологов / О. Ю. Ермолаев – М. : Флинта, 2003. – 355 с.

4. Панюкова, Ю. Г. Проблемы и перспективы исследования феномена благополучия в российской психологии / Ю. Г. Панюкова, Е. Н. Панина, Г. Б. Болаева // Общество: социология, психология, педагогика. – 2017. – № 12. – С. 58-62.

5. Скотникова, И. Г. Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии COVID-19 / И. Г. Скотникова, П. И. Егорова, Ю. Л. Огаркова (Дубинская), Л. С. Жиганов // Социальная и экономическая психология. – 2020. – Т. 5, № 2.

6. Сорокин, М. Ю. Психологические реакции населения как фактор адаптации к пандемии COVID-19 / М. Ю. Сорокин, Е. Д. Касьянов, Г. В. Рукавишников [и др.] // Обзорение психиатрии и медицинской психологии. – 2020. – № 2. – С. 87-95.

7. Фесенко, П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Фесенко Павел Петрович. – М., 2005. – 25 с.

8. Харламенкова, Н. Е. Переживание неопределенности, тревоги, беспокойства в условиях COVID-19 / Н. Е. Харламенкова, Ю. В. Быховец, М. В. Дан, Д. А. Никитина. – М. : Психологический институт РАН, 2020.

9. Шевеленкова, Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95-123.

10. Юревич, А. В. Социально-психологический контекст распространения коронавирусной инфекции / А. В. Юревич, М. А. Юревич – М. : Психологический институт РАН, 2020.

11. Grupe, D. W. Uncertainty and anticipation in anxiety: an integrated neurobiological and psychological perspective / D. W. Grupe, J. B. Nitschke // Nature Reviews Neuroscience. – 2013. – Vol. 14 (7). – P. 488-501. – <http://dx.doi.org/10.1038/nrn3524>.

Козлова Светлана Юрьевна,

студент, Пензенский государственный университет, г. Пенза, Россия

Панова Татьяна Вячеславовна,

кандидат психологических наук, доцент, Пензенский государственный университет, г. Пенза, Россия

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЛИЧНОСТИ КАК ВНУТРЕННИЙ ФАКТОР МЕЖЛИЧНОСТНОЙ АТТРАКЦИИ

Аннотация. Данная статья рассматривает включение ценностных ориентаций человека в качестве внутреннего компонента, фактора межличностной аттракции. Представлены результаты проведенного исследования, направленного на изучение роли ценностных ориентаций в определении вида (субъектная, коммуникативная, деятельностная) межличностной аттракции.

Ключевые слова: межличностная аттракция; ценностные ориентации; межличностное восприятие; перцепция.

Kozlova Svetlana Yuryevna,

Student, Penza State University, Penza, Russia

Panova Tatiana Vyacheslavovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Penza State University, Penza, Russia

PERSONAL VALUE ORIENTATIONS AS AN INTERNAL FACTOR OF INTERPERSONAL ATTRACTION

Abstract. This article examines the inclusion of human value orientations in the internal component of interpersonal attraction. The results of the study aimed at studying the role of value orientations in determining (subjective, communicative, activity-based) interpersonal attraction are presented.

Keywords: interpersonal attraction; value orientations; interpersonal perception; perception.

Межличностная аттракция является важной частью межличностного взаимодействия, при этом долгое время ее невозможно было исследовать из-за сложности определения и выявления структуры. Данное исследование направлено на более глубокое изучение структуры межличностной аттракции, а именно включение такого внутреннего фактора как ценностные ориентации. На данный момент большинство теоретических исследований направлены на выяснение внешних детерминант, не вдаваясь в подробности влияния на нее внутренних факторов, личностных особенностей [2].

Межличностная аттракция является важным феноменом, проявляющим взаимоотношения между людьми. Благодаря изучению внутренних факторов аттракции можно выяснить их влияние на становление того или иного вида аттракции. Это в свою очередь является актуальной информа-

цией для улучшения взаимодействия участников с различными личностными особенностями.

На данный момент можно выделить наиболее общее определение межличностной аттракции, предложенное Л. Я. Гозманом. Данная трактовка объединяет в себе подходы более ранних исследований, включая в данный феномен эмоциональный (аттракция – эмоция, у которой есть определенный предмет), поведенческий (аттракция понимается как аттитюд), оценочный (аттракция включается в межличностное восприятие) компоненты.

Можно выделить следующие виды межличностной аттракции: субъектная (внешний облик), коммуникативная (личный стиль разговора) и деятельностная (взаимопонимание на уровне совместного решения задачи) [13].

Ценностные ориентации – одно из центральных личностных новообразований [16]. Они являются выражением того, как человек сознательно относится к социуму, окружающему его и определением того, какая именно мотивация влияет на его поведение. В общем, можно сказать, что ценностные ориентации связаны со всеми сторонами жизни человека [1]. Система ценностных ориентаций личности является основой, содержанием того, как человек видит действительность, относится к окружающим, к чему он стремится [9]. А, самое главное, лежит в основе его мировоззрения и мотивации. Благодаря им человек делит мир на то, что значимо, а что нет, другими словами, на «важно» и «не важно».

Таким образом, рассматривая аттракцию со стороны межличностного восприятия, можно предположить, что ценностные ориентации являются внутренним фактором межличностной аттракции.

В научной сфере исследованием межличностной аттракции и ее компонентов занимались К. Дайон, Э. Аронсон, Е. М. Андреева, Л. Я. Гозман и другие. И до сих пор тема влияния внутренних факторов на межличностную аттракцию и выраженность ее компонентов не исследована полностью, так как это молодое направление исследований.

Гипотеза исследования основана на предположении, что у людей с разным видом межличностной аттракции существуют различия в ценностных ориентациях.

В ходе эмпирического исследования использовались следующие методики:

1. Опросник межличностной аттракции (ОМА) (А. В. Сидоренков, О. Ю. Шипитько).
2. Методика изучения ценностных ориентаций (МИЦО) М. Рокича.

В начальном этапе исследования приняли участие 67 человека. С помощью опросника межличностной аттракции (ОМА) у испытуемых был выявлен преобладающий вид межличностной аттракции. Таким образом, были выявлены те испытуемые, у которых было выявлено преобладание одного какого-либо вида (табл. 1) и распределение испытуемых по преобладающему виду межличностной аттракции (табл. 2).

Таблица 1

Распределение превалирования видов аттракции

	Кол-во человек	Процентное соотношение
Нет преобладания вида аттракции	11	16,5%
Преобладает 1 вид аттракции	54	80,5%
Преобладает 2 вида аттракции	2	3%

Таблица 2

Распределение испытуемых по преобладанию вида межличностной аттракции

Вид аттракции	Количество человек
Субъектная аттракция	21
Коммуникативная аттракция	15
Деятельностная аттракция	18

На основе полученных данных были сформированы 3 группы, выделенные по преобладанию вида аттракции: «субъектная аттракция», «коммуникативная аттракция», «деятельностная аттракция». Затем, с помощью рандомизации в группах оставили по 15 человек, которые продолжили участвовать в исследовании.

С помощью методики изучения ценностных ориентаций (МИЦО) М. Рокича были получены данные о ценностных ориентациях испытуемых. При исследовании учитывались только терминальные ценности. Таким образом, получилось ранжирование 18 ценностей.

Математическая обработка групповых исследований МИЦО строится на вторичном ранжировании. Для этого подсчитывается среднее арифметическое значение ранга по данным всей группы, а затем полученные усредненные ранги всех ценностей вторично ранжируются в порядке возрастания.

В данном случае использовалась ранговая корреляция Спирмена, так как в таком случае сравниваются две групповые иерархии признаков. Так как всего групп три, проводилось попарное сравнение групп между собой. В связи с этим проводилось 3 исследования для проверки достоверности различий.

Благодаря полученным данным выяснилось, что люди, у которых проявляется субъектная аттракция, обладают схожими ценностями (при $r_s=0,68$): «красота природы и искусства» и «общественное признание» чаще всего выбирались испытуемыми как самые значимые.

У второй группы, с преобладающей коммуникативной аттракцией, были выявлены такие общие ценности как «наличие хороших друзей» и «жизненная мудрость» (при $r_s=0,68$).

Преобладающими ценностями у третьей группы («деятельностная аттракция») выявились «счастье других» и «активная деятельностная жизнь»

(при $r_s=0,7$). Таким людям помощь другим приносит удовольствие, и им легче найти взаимопонимание на уровне совместного решения задач.

Анализ результатов. Таким образом, у людей с субъектной аттракцией наиболее значимы ценности, связанные с красотой («красота природы и искусства», «общественное признание»); у людей с коммуникативной аттракцией преобладают ценности, связанные с коммуникацией («наличие хороших друзей» и «жизненная мудрость»); а у людей с деятельностным видом аттракции преобладают ценности, связанные с практическим взаимодействием («счастье других» и «активная деятельная жизнь»).

Полученный коэффициент корреляции терминальных ценностей всех трех групп попал в зону значимости, а это значит, что терминальные ценностные ориентации людей с разным преобладающим компонентом межличностной аттракции различны. Таким образом, действительно, на первые места люди, с разной выраженностью межличностной аттракции ставят разные ценности.

Для достижения поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы были выполнены теоретический анализ литературы, посвященной межличностной аттракции и ценностным ориентациям, и эмпирическое исследование с использованием математического критерия.

По результатам проведенного эмпирического исследования можно сделать вывод, что терминальные ценностные ориентации людей с разным преобладающим компонентом межличностной аттракции различны. Действительно: люди, в зависимости от ценностей, которые выделяют для себя как главные, испытывают аттракцию от разных детерминант (таких как внешность, стиль общения, качество деятельности).

Исходя из этого можно сделать следующие выводы:

1. Ценностные ориентации являются одним из внутренних факторов личностной аттракции.
2. Ценностные ориентации являются одним из факторов, детерминирующих превалирование определенного вида аттракции.
3. У людей со схожими ценностными ориентациями межличностная аттракция проявляется в схожем виде.

Список литературы

1. Грива, О. В. Аттракция в дружеских отношениях: образ реального и идеального друга / О. В. Грива // Вестник ЮУрГПУ. – 2016. – № 2.
2. Дементьева, Р. Р. Ведущие факторы возникновения межличностной симпатии / Р. Р. Дементьева, Г. Р. Мухаметова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2019. – № 8-2.
3. Морозова, И. С. Взаимосвязь механизмов психологических защит с копинг-стратегиями у студентов-первокурсников / И. С. Морозова, Е. А. Панасенко // Теория и практика общественного развития. – 2015. – № 18.

4. Пантелеев, А. Ф. Когнитивные стратегии при аттракции / А. Ф. Пантелеев // Известия Саратовского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2018. – № 2.
5. Сердюк, Н. И. Психологические основы формирования аттракции к сверстникам в подростковом возрасте / Н. И. Сердюк // Актуальные проблемы психологического знания. – 2013. – № 4 (29). – С. 118-129.
6. Хромов, В. В. Влияние характера взаимодействия на межличностную аттракцию / В. В. Хромов // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2012. – № 3 (41). – С. 178-189.
7. Шадричева, А. И. Основные психологические детерминанты межличностной аттракции / А. И. Шадричева // East European Scientific Journal. – 2016. – № 2. – С. 180-183.

Орестова Василиса Руслановна,

доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии личности, институт психологии им. Л.С. Выготского, Российский государственный гуманитарный университет, г. Москва, Россия

Золотарева Светлана Евгеньевна,

магистр психологии, преподаватель, ВШКУ РАНХиГС, г. Москва, Россия

**ОСОБЕННОСТИ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ
ЖЕНЩИН, НАХОДЯЩИХСЯ В ПАРТНЕРСКИХ ОТНОШЕНИЯХ
РАЗНОГО ТИПА**

Аннотация. В статье представлено исследование особенностей субъективного благополучия женщин, находящихся в партнерских отношениях разного типа. В исследовании приняли участие 499 женщин от 18 до 55 лет. Полученные результаты выявили специфику связи субъективного благополучия с копинг-стратегиями, психологическими защитами и самоотношением у женщин, находящихся в разных типах партнерских отношений.

Ключевые слова: субъективное благополучие; самоотношение личности; совладающее поведение; психологические защиты; партнерские отношения; женщины; психология женщин.

Orestova Vasilisa Ruslanovna,

Doctor of Psychology, Head of Department of Personality Psychology, Vygotsky Institute of Psychology, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia

Zolotareva Svetlana Evgenievna,

Master of Psychology, Lecturer, GSKM, RANEPa, Moscow, Russia

**THE FEATURES OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF WOMEN
WHO ARE IN DIFFERENT TYPES OF PARTNERSHIPS RELATIONS**

Abstract. In this article presents a study of the features of the subjective well-being of women who are in partnerships of different types. The study involved 499 women from 18 to 55 years old. The results obtained revealed the specificity of the relationship between subjective well-being and coping strategies, psychological defenses and self-attitude in women in different types of partnerships.

Keywords: subjective well-being; self-attitude of the individual; coping behavior; psychological protection; partnerships; women; psychology of women.

Введение в проблему. В настоящее время существенно меняется отношение людей к себе и к своему месту в мире. Партнерские отношения между мужчиной и женщиной также претерпевают множественные изменения. На первый план стали выходить проблемы, связанные с субъективным благополучием партнеров, что породило высокий интерес к изучению этого явления и взаимосвязанных с ним наиболее существенных факторов, таких как самоотношение, стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями с помощью копингов и психологических защит.

Несмотря на обширную научную базу проведенных исследований все еще недостаточно изучена взаимосвязь субъективного благополучия с самоотношением, способами совладающего поведения и психологическими защитами в разных жизненных ситуациях, включая нахождение людей в разных типах партнерских отношений.

Поскольку большая часть запросов в психологическом консультировании связана с неудовлетворенностью жизнью в целом и отношениями с партнером в частности, подобного рода исследования будут иметь и существенную практическую значимость, позволяя подбирать наиболее эффективные методы и приемы решения проблем клиентов.

Анализ существующих подходов к решению данной задачи. В настоящее время отсутствует термин, который мог бы однозначно определить отношения между мужчиной и женщиной на всех стадиях их развития, также наблюдается разнообразие в употреблении терминов, обозначающих совместное проживание мужчины и женщины без регистрации брака не только в разных областях знаний, но и разными исследователями в пределах одной тематики. Эта проблема частично раскрыта в работах ряда российских ученых, в том числе Л. Б. Шнейдер [1], А. А. Реан и Т. В. Андреева [2], Э. Г. Эйдемиллер [3] и др. Изучив литературные источники, авторы статьи остановили свой выбор на терминах «партнерские отношения» для обозначения отношений между мужчиной и женщиной на всех стадиях их развития – от романтической до регистрации брака согласно Семейному кодексу РФ; «гражданский брак» для совместного проживания партнеров без регистрации брака в силу наибольшей распространенности этого термина в разных отраслях знаний; «официальный брак» – для обозначения зарегистрированного брака согласно Семейному кодексу РФ.

Проблему субъективного благополучия изучали в основном зарубежные ученые: Аргайл, Венховен, Бредберн, Динер, Кентрил, Кэмпбелл, Конверс, А. Маслоу, К. Роджерс, Уилсон и другие. В нашей стране эта тема изучена недостаточно глубоко, несмотря на длинную историю исследований. В разное время субъективное благополучие в нашей стране разрабатывали Б. А. Классов, Д. А. Леонтьев, А. Н. Леонтьев, Т. А. Молодиченко, Мясищев, Г. Л. Пучкова, С. Л. Рубинштейн, К. С. Хруцкий, Р. М. Шамионов, Д. Н. Узнадзе и др.

Несмотря на это, остается много вопросов как в части характеристик этого феномена, так и в отношении влияния разнообразных внешних факторов [4], включая тип партнерских отношений.

При изучении проблемы самоотношения исследователи сталкиваются с рядом трудностей, среди которых многогранность этого явления и недостаточная изученность связей с различными факторами [5], например, с совладающим поведением и психологическими защитами. Наиболее полно феномен самоотношения разработан в трудах В. В. Столина и С. Р. Пантилеева [6; 7].

Психологические защиты российские и зарубежные ученые исследуют достаточно давно. Среди отечественных ученых проблемой занимались Б. В. Зейгарник, В. К. Мягер, В. Н. Мясищев, А. А. Налчаджян, Е. Т. Соколова, В. А. Ташлыков и др. Однако, несмотря на обширную научную базу, в этой области есть немало нерешенных вопросов, касающихся как теории, так и практического применения. До сих пор происходят изменения в определении объекта, предмета, понятия психологической защиты, меняется угол зрения, полнота и содержание этого феномена [8-11]. Не до конца изучена специфика их проявления в разнообразных жизненных ситуациях, а также их связь с копинг стратегиями.

Совладающее поведение изучается около сорока лет. Особенно интенсивно исследования ведутся за рубежом (М. Зайднер, Д. Паркер, С. Страк, П. Хьюитт, Г. Флетт, Х. Файфель, К. Карвер, С. Фолкман Н. Эндлер и др.). Отечественные психологи занялись этой проблемой с начал 1990-х гг. Среди них: В. А. Абабков, Н. М. Веселова, Б. Д. Карвасарский, Ю. В. Попов, Н. А. Сирота, Н. А. Русина, В. А. Ташлыков, Е. И. Чехлатый, Е. Н. Юрасов, В. М. Ялтонский и др. Изучение совладающего поведения показало, что на выбор копинга в трудных жизненных ситуациях влияет большое количество разнообразных факторов, включая личностные особенности человека, которые изучены недостаточно [12-14].

Проведенный анализ теоретической литературы выявил, что самоотношение является личностной детерминантой субъективного благополучия. Между совладающим поведением и самоотношением существует связь. Основной функцией психологических защит является стабилизация личности, характеристикой которой в том числе является и субъективное благополучие. Все эти показатели могут меняться в течение жизни в зависимости от личностных характеристик, ситуаций и жизненных обстоятельств.

Все выше перечисленное позволило сделать вывод о наличии взаимосвязей между субъективным благополучием, самоотношением, совладающим поведением и психологическими защитами, а также подобрать наиболее отвечающие поставленной цели и задачам исследования методы и методики.

Методология и методы исследования. Целью исследования является изучение особенностей субъективного благополучия женщин, состоящих в разных типах партнерских отношений (далее – РТПО) и специфика его связи с самоотношением, совладающим поведением и психологическими защитами.

Гипотезы исследования:

1. Уровень субъективного благополучия будет значимо самым высоким у женщин, которые встречаются с романтическим партнером и значимо самым низким у женщин, состоящих в гражданском браке.

2. Субъективное благополучие связано с самоотношением, совладающим поведением и психологическими защитами. Эта связь специфична для женщин, состоящих в РТПО.

Выборка составила 499 женщин от 18 до 55 лет. Все респонденты были уведомлены о цели исследования и дали согласие на обработку и использование своих результатов в научных интересах.

Далее для достижения цели исследования нами были использованы: методика диагностики субъективного благополучия личности (Р. М. Шамионов, Т. В. Бескова); опросник самоотношения (МИСС Пантелеева-Столина); Опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса в адаптации Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтык, М. С. Замышляевой в 2004 г., дополнительно стандартизированной в НИПНИ им. Бехтерева Л. И. Вассерманом, Б. В. Иовлевым, Е. Р. Исаевой, Е. А. Трифионовой, О. Ю. Щелковой, М. Ю. Новожиловой; опросник Плутчика Келлермана Конте «Индекс жизненного стиля (Life Style Index, LSI)».

С помощью контрольного вопроса респонденты были разделены на три группы: 123 женщины, которые встречаются с романтическим партнером, вошли в Группу 1; 107 женщин, проживающих в гражданском браке – в Группу 2; 269 женщин, состоящих в официальном браке – в Группу 3.

Статистическую обработку полученных данных осуществляли при помощи пакета программ SPSS Statistics 26.0. Различия между группами оценивали при помощи непараметрической статистики: критерия Манна-Уитни (Manna-Whitney U-test). Для оценки корреляций между показателями применяли коэффициент ранговой корреляции Спирмена (Spearman rank R).

Результаты исследования. По результатам применения методики диагностики субъективного благополучия были выявлены достоверные различия ($p < 0,01$) в эмоциональном, экзистенциально-деятельностном и в эго благополучии между группами 1 и 2, 1 и 3. Самые высокие средние значения по трем выше перечисленным видам субъективного благополучия в Группе 1 (3,55 / 3,41 / 3,25), самые низкие – в Группе 2 (3,28 / 3,20 / 3,00) (см. рис. 1).

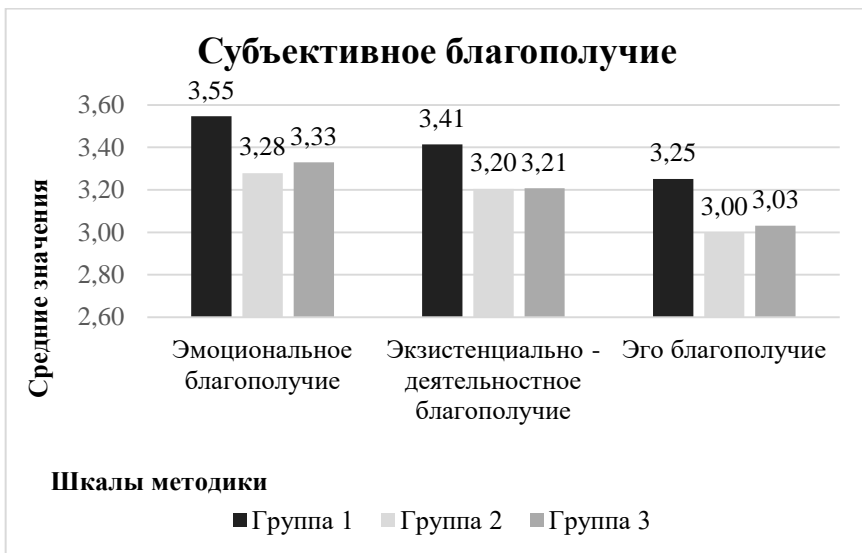


Рис. 1. Значимые различия и средние значения шкал по методике диагностики субъективного благополучия

Помимо этого, мы проанализировали все виды субъективного благополучия в возрастных группах 18-25 лет, 26-35 лет, 36-45 лет и 46-55 лет и не выявили значимых различий.

Корреляционный анализ показал, что субъективное благополучие в целом по выборке положительно связано со всеми шкалами методики самоотношения, за двумя исключениями: со шкалой «самообвинение» выявлена отрицательная связь, шкала «отношение других» не связана с экзистенциально-деятельностным и эго благополучием в Группе 1 и с эмоциональным благополучием в Группе 2. (см. табл. 1).

Таблица 1

Результат корреляционного анализа методик субъективного благополучия и самоотношения

Шкала	Эмоциональное благополучие			Экз.-деятельностное благополучие			Эго благополучие		
	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3
Самоуважение	0,55	0,55	0,51	0,63	0,56	0,59	0,56	0,57	0,66
Аутосимпатия	0,38	0,49	0,41	0,41	0,43	0,43	0,43	0,50	0,59
Ожидаемое отношение от других	0,34	0,43	0,30	0,32	0,40	0,33	0,20	0,36	0,26
Самоинтерес	0,34	0,43	0,30	0,32	0,40	0,33	0,20	0,36	0,26
Самоуверенность	0,46	0,50	0,51	0,56	0,58	0,57	0,51	0,46	0,58
Отношение других	0,20		0,17		0,19	0,14		0,20	0,11
Самопринятие	0,41	0,44	0,35	0,40	0,45	0,39	0,36	0,48	0,50
Самопоследовательность	0,26	0,29	0,26	0,22	0,33	0,29	0,21	0,28	0,24
Самообвинение	-0,21	-0,36	-0,29	-0,26	-0,30	-0,29	-0,32	-0,35	-0,46

Шкала	Эмоциональное благополучие			Экз.-деятельностное благополучие			Эго благополучие		
	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3
Самоинтерес (выраженность установки)	0,45	0,46	0,42	0,40	0,33	0,37	0,43	0,36	0,35
Самопонимание	0,37	0,47	0,38	0,48	0,41	0,41	0,43	0,53	0,59
Глобальное самоотношение	0,53	0,61	0,55	0,61	0,56	0,60	0,58	0,62	0,69

Субъективное благополучие в целом по выборке положительно связано со шкалами «планирование решение проблем» и «положительная переоценка», отрицательно – со шкалами «принятие ответственности» и «бегство-избегание».

Помимо этого, экзистенциально-деятельностное благополучие положительно связано по шкале «поиск социально поддержки» в Группе 1 и 2, а эго-благополучие – в Группе 1 по шкалам «поиск социальной поддержки» и «дистанцирование» (см. табл. 2).

Таблица 2

Результат корреляционного анализа методик субъективного благополучия и совладающего поведения

Шкала	Эмоциональное благополучие			Экз.-деятельностное благополучие			Эго-благополучие		
	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3
Дистанцирование							0,19		
Поиск социальной поддержки				0,19	0,25		0,23		
Принятие ответственности	-0,26	-0,24	-0,15	-0,23	-0,18	-0,19	-0,32	-0,28	-0,26
Бегство – избегание	-0,36	-0,38	-0,25	-0,33	-0,38	-0,25	-0,31	-0,39	-0,33
Планирование решения проблем	0,28	0,35	0,39	0,48	0,36	0,48	0,30	0,28	0,38
Положительная переоценка	0,26	0,40	0,33	0,30	0,43	0,35	0,30	0,30	0,32

В целом по выборке субъективное благополучие положительно связано с психологической защитой «отрицание», отрицательно – со шкалами «регрессия» и «замещение». Помимо этого, субъективное благополучие отрицательно связано с общим уровнем напряженности защит в целом по выборке, за исключением экзистенциально – деятельностного благополучия в Группе 3.

Определена специфика отрицательной связи по видам субъективного благополучия в разрезе отдельных групп:

– эмоциональное благополучие отрицательно связано со шкалой «проекция» во всех трех группах, со шкалой «вытеснение» в группе 2, со шкалой «гиперкомпенсация» в группах 1 и 3;

– экзистенциально-деятельностное благополучие отрицательно связано со шкалами «вытеснение» и «проекция» в Группе 2, со шкалой «гиперкомпенсация» в Группе 1;

– эго-благополучие отрицательно связано со шкалой «проекция» во всех трех группах, со шкалой «гиперкомпенсация» в Группах 1 и 3. (см. табл. 3).

Таблица 3

*Результат корреляционного анализа методик
субъективного благополучия и «Индекс жизненного стиля»*

Шкала	Эмоциональное благополучие			Экз.-деятельностное благополучие			Эго-благополучие		
	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3	Гр. 1	Гр. 2	Гр. 3
Общий уровень напряженности защит	-0,31	-0,31	-0,19	-0,23	-0,22		-0,28	-0,31	-0,23
Вытеснение		-0,25			-0,31				
Регрессия	-0,42	-0,40	-0,36	-0,33	-0,37	-0,31	-0,42	-0,42	-0,43
Замещение	-0,46	-0,36	-0,30	-0,44	-0,25	-0,23	-0,44	-0,46	-0,37
Отрицание	0,39	0,36	0,25	0,31	0,22	0,17	0,43	0,36	0,14
Проекция	-0,24	-0,40	-0,18		-0,19		-0,23	-0,33	-0,17
Гиперкомпенсация	-0,33		-0,17	-0,20			-0,32		-0,17

Выводы. Проведенное исследование позволило определить особенности субъективного благополучия женщин, состоящих в разных типах партнерских отношений и специфику его связи с самоотношением, совладающим поведением и психологическими защитами, а также выявить отсутствие значимых возрастных отличий в субъективном благополучии респондентов во всей выборке.

1. Субъективно более благополучны женщины, которые только встречаются с партнером и не состоят с ним в официальном или гражданском браке, в части эмоционального, экзистенциально-деятельностного и эго благополучия. Первая гипотеза подтвердилась частично.

2. Субъективное благополучие женщин, состоящих в разных типах партнерских отношений в части эмоционального, экзистенциально-деятельностного и эго-благополучия в целом имеет связь с одними и теми же видами самоотношения, копинг-стратегий и психологических защит. Вместе с тем, в группах есть некоторые различия, тем не менее отражающие общую тенденцию положительной связи с копинг стратегиями и отрицательной – с психологическими защитами.

3. Субъективное благополучие женщин, состоящих в разных типах партнерских отношений не зависит от возраста.

Полученные результаты могут быть использованы в практической работе психологов и психотерапевтов, занимающихся изучением субъективного благополучия, а также при оказании консультационных услуг обратившимся за помощью в связи с неудовлетворенностью жизнью в целом и текущими партнерскими отношениями в частности для более точной диагностики и выбора оптимальной стратегии оказания помощи.

Список литературы

1. Шнейдер, Л. Б. Психология семейных отношений : курс лекций / Л. Б. Шнейдер. – М., 2000.
2. Реан, А. А. Психологические проблемы гражданского брака / А. А. Реан, Т. В. Андреева // Вестник Российского государственного университета им. И. Кан-та. – 2009. – Вып. 5. – С. 36-45.
3. Эйдемиллер, Э. Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия / Э. Г. Эйдемиллер, И. В. Добряков, И. М. Никольская. – СПб. : Речь, 2003.
4. Леонтьев, Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля / Д. А. Леонтьев // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. – 2020. – № 1. – С. 14-37.
5. Белякова, М. Ю. Типы самоотношения и полоролевого самосознания у современных мужчин и женщин / М. Ю. Белякова, М. Ю. Стрюцкова // Психическое здоровье. – 2020. – № 6. – С. 29-37.
6. Столин, В. В. Тест-опросник самоотношения / В. В. Столин, С. Р. Пантисле-ев // Психодиагностические материалы по изучению личности школьника. – Минск, 1989. – С. 87-94.
7. Столин, В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М. : МГУ, 1983. – 284 с.
8. Долгова, В. И., Кондратьева О.А. Психологическая защита : монография / В. И. Долгова, О. А. Кондратьева. – М. : Перо, 2014. – 160 с.
9. Куфтяк, Е. В. Защитная система личности и стресс / Е. В. Куфтяк. – М. : Мир науки, 2017. – С. 6-18.
10. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Эмо-циональный стресс / Р. Лазарус. – Л. : Медицина, 1970.
11. Субботина, Л. Ю. Психологическая защита : учебное пособие / Л. Ю. Суб-ботина. – М., 2020. – Сер. 76. Высшее образование.
12. Екимчик, О. А. Динамические аспекты близких (романтических) отноше-ний и совладающее поведение партнеров / О. А. Екимчик, Т. П. Григорьева, Н. С. Смирнова // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2013. – Т. 19. – С. 144-149.
13. Крюкова, Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни : дис. ... д-ра психол. наук / Крюкова Т. Л. – Кострома, 2005.
14. Крюкова, Т. Л. V Международная научная конференция «Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие» / Т. Л. Крю-кова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова, А. Г. Самохвалова // Психологический жур-нал. – 2020. – Т. 41, № 1. – С. 136-137.

Жарких Наталья Григорьевна,

кандидат психологических наук, доцент, Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева, г. Орел, Россия

Гулякина Вера Викторовна,

кандидат психологических наук, доцент, Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева, г. Орел, Россия

Костыря Светлана Сергеевна,

кандидат психологических наук, доцент, Технологический университет им. А.А. Леонова, г. Королёв, Россия

КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ ПЕДАГОГОВ ЛИЦЕЯ КАК РЕСУРС ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Аннотация. Актуальность темы обусловлена повышением системы требований к педагогам в области осуществления эффективной коммуникации с различными субъектами образовательных отношений как одного из аспектов профессионализма педагогов в современном мире, рассмотрением коммуникативной компетентности в качестве ресурса психологического благополучия педагогов. В статье отмечается, что, в связи с ростом нестандартных ситуаций общения, коммуникативная компетентность педагогов нуждается в постоянном развитии, т. к. выступает показателем не только эффективного межличностного взаимодействия с обучающимися, но и качества образовательного процесса в целом. Способствуя проблеме психопрофилактики и прогнозирования неэффективного коммуникативного взаимодействия в образовательной организации в целях повышению психологического благополучия, в исследовании изучается специфика коммуникативной компетентности педагогов, устанавливается качественное своеобразие коммуникативной компетентности педагогов-мужчин и педагогов-женщин по параметрам: коммуникативные проявления и умения и коммуникативно-значимые качества личности, а также выявляется динамика ее развития в результате тренинга коммуникативной компетентности, разработанного автором с опорой на известные авторские программы и с учетом полученных в исследовании результатов на выборке педагогов.

Ключевые слова: коммуникативная компетентность; педагоги; психологические тренинги; коммуникативные умения; педагоги-мужчины; педагоги-женщины.

Zharkikh Natalya Grigoryevna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Orel State University named after I.S. Turgenev, Orel, Russia

Gulyakina Vera Viktorovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Orel State University named after I.S. Turgenev, Orel, Russia

Kostyrya Svetlana Sergeevna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Technological University named after A.A. Leonov, Korolev, Russia

COMMUNICATIVE COMPETENCE OF LYCEUM TEACHERS AS A RESOURCE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Abstract. The relevance of the topic is due to an increase in the system of requirements for teachers in the field of effective communication with various subjects of educational relations as one of the aspects of the professionalism of teachers in the modern world, considering communicative competence as a resource for the psychological well-being of teachers. The article notes that, due to the growth of non-standard communication situations, the communicative competence of teachers needs constant development, because serves as an indicator of not only effective interpersonal interaction with students, but also the quality of the educational process as a whole. Contributing to the problem of psychoprophylaxis and predicting ineffective communicative interaction in an educational organization in order to improve psychological well-being, the study studies the specificity of the communicative competence of teachers, establishes the qualitative uniqueness of the communicative competence of male and female teachers according to the parameters: communicative manifestations and skills and communicatively significant personality traits, and also reveals the dynamics of its development as a result of the training of communicative competence, developed by the author based on well-known author's programs and taking into account the results obtained in the study on a sample of teachers.

Keywords: communicative competence; teachers; psychological trainings; communication skills; male teachers; female teachers.

Введение. Повышение качества образования является одной из актуальных проблем. Ее решение связано с модернизацией системы образования: изменением содержания образования, оптимизацией способов и технологий организации образовательного процесса, направленностью на сохранение психологического здоровья субъектов образования и, конечно, переосмыслением цели и конечного результата образования. В такой ситуации на первый план выходит профессионализм педагога, осуществляющего образовательную деятельность. Современные реалии образования требуют от педагога наличия у него определенного набора компетентностей, которые необходимы для решения нестандартных ситуаций, позволяя быть ответственным, решительным, мобильным, находить подходы в общении с окружающими людьми.

Основной составляющей профессионализма современного педагога является коммуникативная компетентность, поскольку именно от того, как построен процесс общения с участниками образовательного процесса, зависят результаты образования и психологическое здоровье его участников. Коммуникативная компетентность по праву может быть понята как ресурс психологического благополучия, как профессиональная ценность современного педагога. Педагогу необходим высокий уровень коммуникативной компетентности, поэтому формирование ее в современных образовательных условиях представляет большой интерес. Ежедневно педагогам лицея приходится общаться с разными субъектами образования. Чтобы обладать достаточными коммуникативными умениями и личностными качествами, позволяющими организовывать процесс общения наиболее

оптимально в соответствии с особенностями коммуникативной ситуации, необходимо проводить системную и систематическую работу по развитию коммуникативной компетентности у педагогов.

Актуальность темы исследования обусловлена необходимостью уточнения специфики коммуникативной компетентности современных педагогов лица, а также определения основных направлений и способов ее совершенствования в образовательном пространстве лица.

Методика. Итак, целью исследования выступило изучение особенностей коммуникативной компетентности педагогов лица. Были определены следующие задачи исследования: изучить коммуникативные проявления и умения педагогов лица; исследовать особенности коммуникативно-значимых качеств личности педагогов лица; выявить половую специфику коммуникативной компетентности педагогов лица; установить динамику изменений коммуникативной компетентности педагогов лица в результате тренинга коммуникативной компетентности.

Для реализации поставленных задач необходимо определить методы и методики исследования. Анализ литературы убедительно показывает, что на сегодняшний день единой интегральной методики, позволяющей определить наличие и уровень всех составляющих коммуникативной компетентности, не существует. Поэтому при выборе методик исследования придерживались взглядов Л. А. Петровской, Ю. М. Жукова, С. В. Петрушина, на природу коммуникативной компетентности.

Эмпирическое изучение данного феномена на констатирующем и контрольном этапах эксперимента проводилось с использованием батареи тестов из двух групп. В первую группу входили методики для исследования собственно коммуникативных проявлений и умений: уровня самоконтроля в общении, умения быть хорошим собеседником и умения слушать и т. д. Вторую группу составил комплекс тестов и опросников для диагностики личностных особенностей, обуславливающих формирование коммуникативной компетентности. Таким образом, использовались следующие методы и методики исследования: тест-опросник «Компетентность социально-коммуникативная» (КСК) (А. Н. Сухов, А. А. Деркач); тест оценки коммуникативных умений (А.А. Карелин); тест на оценку самоконтроля в общении (М. Снайдер); опросник эмпатии (А. А. Меграбян, адаптирован Э.Ф. Зеером, О.Н. Шахматовой); опросник рефлексивности (А. В. Карпов); формирующий эксперимент в форме тренинга коммуникативной компетентности для педагогов, а также методы статистической обработки данных U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Вилкоксона.

В исследовании приняли участие педагоги лицеев г. Орла.

Результаты и их обсуждение. Как отмечалось выше, изучение коммуникативной компетентности осуществлялось в двух направлениях: 1) исследование коммуникативных проявлений и умений педагогов лица и 2) определение личностных особенностей педагогов, способствующих

формированию коммуникативной компетентности. Полученные результаты, по нашему мнению, позволят выявить специфику коммуникативной компетентности педагогов лицей.

Использование Теста-опросника «Компетентность социально-коммуникативная» А. Н. Сухова и А. А. Деркача на выборке педагогов позволило получить данные, анализируя которые, можно говорить о позитивной оценке педагогами своей коммуникативной компетентности. Оценивая себя по шести шкалам (социально-коммуникативная неуклюжесть; нетерпимость к неопределенности; чрезмерное стремление к конформности; повышенное стремление к статусному росту; ориентация на избегание неудач; фрустрационная нетолерантность), они в целом рассматривают себя как коммуникативно компетентных личностей.

Исследуемые нами педагоги указывают, прежде всего, на свою коммуникабельность, контактность (7,93). Они не считают себя неуклюжими в социально-коммуникативном плане, оценивая себя как общительных, открытых, отзывчивых и обязательных, радующихся общению. С их точки зрения, они умеют вести себя в неловких ситуациях общения, если в разговоре неожиданно возникает большая пауза, способны эффективно изменить обстоятельства, они ориентируются в контактах с незнакомыми людьми: могут непринужденно беседовать с ними, находить компромисс в спорных вопросах и ситуациях. Исходя из этого, предполагаем, что исследуемые педагоги не испытывают затруднений в построение продуктивного общения с разными субъектами образовательного процесса. Вероятнее всего это связано с тем, что взаимодействие в образовательном процессе осуществляется на основе непрерывного общения учителя и учеников. Учитель за годы профессиональной деятельности получает большой коммуникативный опыт, позволяющий ему лучше понимать специфику различных партнеров по общению, быть более гибким, использовать различные стратегии общения.

Исследуемые педагоги считают себя достаточно терпимыми в ситуациях неизвестности (10,2). Они не испытывают смущение и неловкость, когда их представляют известным людям, потому что не очень ориентированы на его мнение; также не избегают общения с незнакомыми людьми; респонденты не склонны к импульсивным проявлениям в общении. Педагоги ориентированы на взвешенное принятие решения, тщательное обдумывание альтернатив, при необходимости руководствуются мнением более компетентного, по их мнению, человека. Общеизвестно, что российская система школьного образования находится на этапе реформирования. Ситуации неопределенности, которые по большей части носят систематический характер, – уже становятся типичными, привычными в профессиональной деятельности педагогов, поэтому, скорее всего, они оказывают не дезорганизирующий, а мобилизирующий характер на развитие их коммуникативного потенциала.

Исследуемые педагоги не считают себя фрустрационно нетолерантными (8,6): они достаточно терпеливы и спокойны, стремятся контролировать своё внутреннее состояние, умеют совладать со своим раздражением, не демонстрируют негативных эмоций в общении с учащимися, адекватно воспринимают ежедневные трудности. Это дает основание предполагать, что изучаемые респонденты обладают хорошей адаптированностью к современным социальным условиям.

Также для педагогов характерно выражение активной социальной позиции. По мнению респондентов, они не ориентированы на избегание неудач в ситуациях межличностного взаимодействия, поэтому всегда стремятся быть активными партнерами по общению (7,7). У них редко бывает плохое, подавленное настроение, поскольку стараются по возможности оптимистично смотреть на жизнь, в целом настроены на доверительные отношения с другими людьми. По нашему мнению, возможные неудачи в общении скорее всего будут стимулировать таких педагогов на поиск более адекватных стратегий коммуникативного взаимодействия и на лучшее изучение особенностей партнеров по общению.

Также педагоги лица не отличаются чрезмерным стремлением к конформности (5,5). Респонденты не придают большого значения мнению о них других людей, умеют открыто выражать свою позицию. В ситуации несправедливой критики педагоги ориентированы на аргументированную защиту, в случае возникновения разногласий в педагогическом или учебном коллективе активно включаются в обсуждение проблемы. Считаем, что такой настрой выступает благоприятной предпосылкой развития компетентности в общении, формирования коммуникативного мастерства педагогов.

Также у исследованных педагогов выявлено повышенное стремление к статусному росту (12,8). Они любят быть в центре внимания, охотно дают указания, ценят превосходство и авторитетность, предрасположены к руководству. Стремление человека к статусному росту можно понимать как желание быть профессионалом в своей области. Общеизвестно, что одним из важнейших показателей профессионализма педагога выступает коммуникативная компетентность. Следовательно, ориентированность на статусный рост может инициировать процессы профессионального развития и саморазвития педагога как в деятельностном, так и коммуникативном плане.

Статистическое сравнение полученных данных в соответствии с половой принадлежностью респондентов по U-критерию Манна-Уитни показало, что значимых различий в коммуникативной компетентности женщин и мужчин – педагогов лица не существует, т. к. расчетные показатели оказались больше критических значений.

Следующая методика, использованная в исследовании – Тест оценки коммуникативных умений А. А. Карелина. Согласно результатам, в целом исследуемые педагоги обладают среднеразвитыми коммуникативными умениями (9,28), позволяющими строить общение с учащимися чаще всего

на компетентном уровне. Как правило, они четко и аргументировано излагают свои мысли, могут вступать в диалог с собеседником, позитивно воспринимают его, стараются понять и принять его точку зрения, но часто уделяют недостаточное внимание своему партнеру и ограничивают его в возможности полно выразить свое мнение и, как результат, недостаточно адекватное понимание смысла высказывания собеседника.

Также был проведен анализ предлагаемых опросником ситуаций, который позволил их классифицировать на два типа: проверяющие умения говорения и диагностирующие умения слушания. Полученные данные свидетельствуют об одинаковой выраженности умений обеих групп у педагогов (4,7), (4,58).

Педагоги обладают большим коммуникативным опытом, широкой практикой общения, позволяющей анализировать и совершенствовать свои коммуникативные умения. Однако респондентам не всегда удастся продемонстрировать их на высоком уровне развития. Считаем, что снижение продуктивности общения может происходить в результате воздействия различных факторов, внешних и внутренних, управлять которыми педагог по разным причинам не всегда способен.

Статистическое сравнение полученных данных в связи с половой принадлежностью респондентов по U-критерию Манна-Уитни показало, что существуют значимые различия в проявлении умения слушания у женщин и мужчин – педагогов лица, т. к. расчетный показатель оказался равен критическому значению. Так у педагогов-женщин, по сравнению с педагогами-мужчинами, в большей степени развиты умения слушания. Скорее всего причиной этого является более высокая эмпатийность женщин ($U_{\text{эмп}} 138$, при $U_{\text{крит}} 138$, при $p < 0,05$).

Последней методикой, использованной в исследовании для изучения коммуникативных проявлений и умений, был Тест на оценку самоконтроля в общении М. Снайдера.

Способность к коммуникативному контролю является важнейшим показателем коммуникативной компетентности педагогов и проявляется в способности педагога следить за своими вербальными и невербальными реакциями в ситуациях социального взаимодействия и гибко реагировать на изменения. Исходя из полученных результатов (4,6) следует, что в целом педагоги обладают среднеразвитым умением контролировать себя в процессе общения. Это означает, что в целом они стараются управлять своими эмоциями, речью при общении с другими людьми.

Результаты исследования половых различий педагогов лица по данной методике показало, что значимых различий в проявлении самоконтроля женщин и мужчин – педагогов лица не существует, т. к. расчетные показатели оказались больше критических значений.

На следующем этапе исследования были изучены личностные качества, обуславливающие формирование коммуникативной компетентности.

Одним важным показателем коммуникативной компетентности педагогов является эмпатия, т. е. способность понимать чувства и переживания другого человека. Многие исследователи (Н. А. Морева, И. В. Макаровская и др.) считают эмпатию стержневым показателем коммуникативной компетентности педагогов. С целью выявления уровня сформированности эмпатии у педагогов была использована методика Опросник эмпатии А. А. Меграбяна в адаптации Э. Ф. Зеера, О. Н. Шахматовой.

Полученные данные позволяют делать вывод, что исследуемые педагоги обладают среднеразвитой эмоциональной (11,1) и действенной (10,3) эмпатией, которая проявляется не только в сочувствии, но и в желании помочь. Т. е. чаще всего, общаясь, педагоги, стремятся приобщиться к эмоциональным переживаниям другого человека, переживают его эмоциональное состояние как свое собственное, проявляют сочувствие к нему, стараются прийти в нужный момент на помощь, создавая таким образом в общении необходимый эмоциональный фон, соответствующий настроению партнера и особенностям ситуации.

Результаты исследования половых различий педагогов лица по данной методике показали, что существуют значимые различия в проявлении эмоциональной и действенной эмпатии у женщин и мужчин – педагогов лица, т. к. расчетный показатель оказался меньше критического значения. Так педагоги-женщины, по сравнению с педагогами-мужчинами, в большей степени проявляют эмоциональный отклик ($U_{\text{эмп}} 126$, при $U_{\text{крит}} 138$, при $p < 0,05$) и участливое отношение по отношению к партнерам в коммуникации ($U_{\text{эмп}} 131$, при $U_{\text{крит}} 138$, при $p < 0,05$). Следовательно, педагоги-женщины скорее всего лучше воспринимают и понимают партнера по общению. Считаем, что выявленные различия можно объяснить влиянием культурных особенностей, ожиданий и стереотипов, проявляющихся в поощрении большей чуткости и отзывчивости у женщин и большей сдержанности и невозмутимости у мужчин.

Следующая методика, использованная в исследовании коммуникативной компетентности – Опросник рефлексивности А. В. Карпова. Проанализировав результаты изучаемой выборки, можно говорить о преобладании среднего уровня рефлексивности у исследуемых педагогов лица (114,3).

Такая рефлексивность скорее всего создает предпосылки для осмысления педагогами качества педагогического общения, видения своей профессиональной деятельности глазами учеников, родителей учеников, других учителей, осознания того, как он воспринимается другим участниками образовательного процесса. Средний уровень рефлексии может свидетельствовать о развитых аналитических способностях педагогов, а также об умении педагогов адекватно интерпретировать получаемую информацию, умении объективно оценивать результативность и целесообразность принимаемых им педагогических решений в области коммуникативного взаимодействия [4].

Статистическое сравнение полученных данных в соответствии с полом респондентов по U-критерию Манна-Уитни показало, что существуют значимые различия в проявлении рефлексивности у женщин и мужчин – педагогов лица, т. к. расчетный показатель оказался меньше критического значения ($U_{\text{эмп}} 115$, при $U_{\text{крит}} 138$, при $p < 0,05$). Установлено, что педагоги-женщины обладают средним уровнем рефлексивности (120,1). Данное качество у педагогов-мужчин оказалось выраженным на низком уровне (107,2), т. е. они недостаточно анализируют педагогическую коммуникацию с целью повышения ее эффективности, проявляют коммуникативную ригидность, чаще всего не способны к смене представлений о другом субъекте общения на более адекватные данной ситуации и в связи с его вновь раскрывающимися индивидуальными психологическими чертами, что, по нашему мнению, может приводить к реализации неадаптивных коммуникативных стратегий в образовательном процессе.

На последнем этапе исследования была организована работа, направленная на выявление динамики развития коммуникативной компетентности педагогов лица в результате использования тренинга коммуникативной компетентности.

На основе общеизвестных авторских программ тренингов общения для педагогов [1; 2; 3] была разработана модифицированная программа тренинга коммуникативной компетентности для педагогов лица, цель которой – развитие коммуникативной компетентности, овладение навыками эффективного педагогического общения, оптимизация межличностных и профессиональных отношений педагогов. Она включала работу по усовершенствованию умения адекватного использования вербальной и невербальной коммуникации в разных ситуациях педагогического общения, развитию коммуникативных умений педагогов и умения моделировать стратегию компетентного общения с коллегами, родителями, учащимися, а также по формированию эмпатии и рефлексивности в педагогическом общении. Программа тренинга включает 10 занятий, продолжительность каждого занятия 1 час 30 минут.

Представленная программа была реализована на женской выборке педагогов. Участие в эксперименте мужской выборки стало невозможным по причине географической удаленности. Мужская выборка в данном исследовании представлена педагогами, осуществляющими профессиональную деятельность в нескольких образовательных учреждениях г. Орла, тогда как женская выборка – это педагогический коллектив одного образовательного учреждения.

Затем в этой группе была проведена вторичная диагностика коммуникативной компетентности (табл. 1). На основании полученных данных были проанализированы изменения в коммуникативной компетентности педагогов в результате тренинга. Статистическая значимость устанавливалась с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Таблица 1

Средние показатели коммуникативных проявлений и умений педагогов после проведения тренинга коммуникативной компетентности

Шкалы	До тренинга	После тренинга	Т-критерий
<i>Методика «Компетентность социально-коммуникативная»</i>			
Социально-коммуникативная неуклюжесть	8,25	8,7	96
Нетерпимость к неопределенности	9,9	10,25	116
Чрезмерное стремление к конформности	5,05	6,1	81
Повышенное стремление к статусному росту	12,5	12,2	77
Ориентация на избегание неудач	7,55	8,35	92
Фрустрационная нетолерантность	8,85	9,5	102
<i>Методика «Тест оценки коммуникативных умений»</i>			
Общий показатель коммуникативных умений	9,5	10,45	84
Умения говорения	4,3	4,05	140
Умения слушания	5,2	6,4	56*
<i>Методика «Тест на оценку самоконтроля в общении»</i>			
Самоконтроль в общении	4,45	6,05	52*
$T_{\text{крит}} = 60$, при $p < 0,05$ При $T_{\text{эмп}} < T_{\text{крит}}$ различия достоверны			

Вторичная диагностика показала, что в целом большинство коммуникативных проявлений и умений педагогов после тренинга осталось представленным на среднем уровне развития. Педагоги по-прежнему воспринимали себя в качестве коммуникабельных, открытых для общения, адаптированных к нестандартным ситуациям общения и разным типам партнеров собеседников. Они рассматривали себя как активных личностей, стремящихся выразить мнение, позицию по разным обсуждаемым вопросам, чаще всего компетентно реализующих различные коммуникативные умения. Наиболее чувствительными к воздействию тренинга оказались коммуникативные умения педагогов, такие как умения слушания ($T_{\text{эмп}} 56$) и осуществления самоконтроля в коммуникации ($T_{\text{эмп}} 52$), что, по нашему мнению, можно объяснить приоритетной направленностью тренинга, прежде всего, на формирование коммуникативных умений педагогов. Хотя статистически различия по многим показателям коммуникативной компетентности не входят в зону значимости, но наблюдается устойчивая тенденция к их увеличению. Считаем, что эффективность работы по развитию коммуникативной компетентности можно повысить за счет расширения программы тренинга (увеличения количества занятий и времени проведения тренинга), а также повышения профессиональной компетентности ведущего тренинг.

Таблица 2

Средние показатели коммуникативно значимых личностных качеств педагогов после проведения тренинга коммуникативной компетентности

Шкалы	До тренинга	После тренинга	Т-критерий
<i>Методика «Опросник эмпатии А.А. Мезграбяна»</i>			
Эмоциональная эмпатия	13,05	16,65	50*
Действенная эмпатия	11,35	13,2	72
<i>Методика «Опросник рефлексивности»</i>			
Рефлексивность	120,1	130,3	55*
Т _{крит} 60, при p<0,05 При Т _{эмп} < Т _{крит} различия достоверны			

Анализ результатов диагностики коммуникативных качеств педагогов после проведения тренинга коммуникативной компетентности (табл. 2) позволяет констатировать сходные закономерности в их изменении. В целом эмпатия и рефлексивность педагогов лица остались выраженными на среднем уровне. Т. е. исследованные педагоги по-прежнему в общении демонстрировали способность сопереживать, сочувствовать, проявлять тепло, дружелюбие и оказывать поддержку своему партнеру, а также развитые рефлексивные способности, помогающие улучшать эффективность педагогического взаимодействия в сторону повышения продуктивности. Наличие статистически значимых различий в показателях до и после тренинга показало, что в процессе тренинга наибольшие изменения произошли в проявлении педагогами эмоциональной эмпатии (Т_{эмп} 50) и рефлексивности (Т_{эмп} 55).

Выводы:

1. Педагоги лица характеризуются среднеразвитой коммуникативной компетентностью как в аспекте коммуникативных проявлений и умений, так личностных качеств, способствующих ее формированию.

2. В плане коммуникативных проявлений и умений зафиксировано, что в педагогическом общении они выступают как общительные, открытые субъекты коммуникации, аргументировано и открыто выражающие свою точку зрения, обладающие терпимостью в нестандартных ситуациях общения или с незнакомыми людьми, способные к регуляции своего внутреннего состояния, ориентированные на профессиональный рост и саморазвитие в коммуникативном взаимодействии. Они имеют среднеразвитый коммуникативный самоконтроль и коммуникативные умения говорения и слушания, позволяющие им организовывать продуктивную коммуникацию с субъектами образовательного процесса, однако иногда могут уделять недостаточное внимание своему партнеру, и, как результат, не всегда адекватное понимание смысла высказывания собеседника и нарушение эффективности педагогического общения.

3. В плане коммуникативно-значимых личностных качеств педагоги лица умеренно эмпатичны и рефлексивны в общении с партнерами. Это

означает, что они эмоционально отзывчивы, т. е. готовы не только сочувствовать, но и при необходимости помогать, а также стремятся всесторонне анализировать процесс общения, для повышения качества коммуникации в образовательном процессе.

4. Были выявлены половые различия в коммуникативной компетентности педагогов лицея. Женщины, по сравнению с мужчинами, отличаются более развитыми умениями слушания, эмоциональной и действенной эмпатией и рефлексивностью. Предполагаем, что выявленные различия можно объяснить влиянием культурных особенностей, ожиданий и стереотипов, проявляющихся в поощрении большей чуткости и отзывчивости у женщин и большей сдержанности и невозмутимости у мужчин.

5. После проведения тренинга коммуникативной компетентности для педагогов были выявлены небольшие изменения в представленности коммуникативной компетентности у педагогов. Несмотря на то, что большинство коммуникативных проявлений и умений остались выраженными на среднем уровне, наблюдается устойчивая тенденция к росту их показателей. Наиболее чувствительными к воздействию тренинга оказались коммуникативные умения педагогов, такие как умения слушания и осуществления самоконтроля в коммуникации, а также коммуникативно значимые личностные качества, такие как эмоциональная эмпатия и рефлексивность.

6. Таким образом, работа по развитию коммуникативной компетентности педагогов, реализованная в форме тренинга коммуникативной компетентности, показала свою эффективность для формирования коммуникативных умений и личностных качеств, значимых для построения гармоничного компетентного педагогического общения.

Список литературы

1. Митина, Л. М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога / Л. М. Митина. – М. ; СПб. : Нестор-История, 2014. – 376 с.
2. Моница, Г. Б. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители) / Г. Б. Моница, Е. К. Лютова-Робертс. – СПб. : Речь, 2005. – 224 с.
3. Самоукина, Н. В. Практический психолог в школе: лекции, консультирование, тренинг / Н. В. Самоукина. – СПб. : Изд-во Института психотерапии, 2005. – 240 с.
4. Стеценко, И. А. Развитие педагогической рефлексии в профессиональной подготовке учителя в условиях усвоения опыта педагогической деятельности : дис. ... канд. пед. наук / Стеценко И. А. – Таганрог, 1998. – 229 с.

Молокова Екатерина Владимировна,

студент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Водяха Сергей Анатольевич,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ КРЕАТИВНОЙ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. В статье отмечается, что, в связи с ростом нестандартных ситуаций, повышается актуальность исследования креативности и жизнестойкости личности. Автор приходит к заключению, что в подростковом возрасте происходит формирование жизнестойкости за счет образования смысложизненных целей, в юношеском возрасте начинают формироваться жизнестойкие установки и стратегии, которые помогают личности преодолевать возникающие жизненные трудности, а в зрелом возрасте жизнестойкость связана с профессиональной успешностью и повышением самооффективности.

Ключевые слова: креативность; жизнестойкость личности; креативная личность; психологическое благополучие; смысложизненные ориентации; возрастные особенности.

Molokova Ekaterina Vladimirovna,

Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Vodyakha Sergey Anatolievich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

AGE FEATURES OF RESILIENCE OF A CREATIVE PERSONALITY

Abstract. The article notes that, in connection with the growth of non-standard situations, the relevance of the study of creativity and resilience of the individual is increasing. The author comes to the conclusion that in adolescence, the formation of vitality occurs due to the formation of life-purpose goals, in adolescence, viable attitudes and strategies begin to form that help a person to overcome emerging life difficulties, and in adulthood, vitality is associated with professional success and increased self-efficacy.

Keywords: creativity; the vitality of the individual; creative personality; psychological well-being; life-meaning orientations; age features.

Введение. С начала существования человека феномен жизнестойкости имеет насущное значение. От этого показателя зависит благополучие человека. На современном этапе развития российского общества кризис жизнестойкости и меры борьбы с ним приобретают особое значение. Экономический кризис и социальная незащищенность большей части нашего государства оказывают значимое влияние на чувство защищенности личности.

Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного человека, часто определяют как экстремальные и стимулирующие развитие стресса. Ответственность за свою жизнь, за ее успешность ложится на самого человека. Для того чтобы приспособиться, адаптироваться к такому напряженному графику жизни, и при этом, успешно реализовывать себя, человеку необходимо вырабатывать новые навыки решения проблем.

Важно отметить, что пожилые люди и часть взрослых значительное время своей жизни прожили при советской власти, где был известен сценарий жизни с рождения до смерти. Сегодняшняя наполненная переменами жизнь пугает данную категорию людей.

Жизнестойкость тесно взаимосвязана с понятиями общей самоэффективности, психологическим благополучием, успешной адаптацией. Согласно П. Торренсу, существенным стимулятором жизнестойкости является креативность, как способность гибко адаптироваться к трудным ситуациям.

Наиболее динамичными периодами формирования жизнестойкости являются ранние этапы развития человека. В детском и подростковом возрасте решающим фактором выступают детско-родительские отношения как образец положительного опыта.

В настоящее время повышается нестабильность условий физического и психологического существования человека, связанная с пандемией и увеличением угроз распространения инфекционных заболеваний. Поэтому становится актуальной проблема исследования креативности как фактора развития жизнестойкости на разных этапах онтогенеза.

Анализ существующих подходов к решению данной задачи. В большинстве исследований жизнестойкость рассматривается как интегральная личностная характеристика (Л. А. Александрова, С. В. Книжникова, Т. В. Наливайко). Д. А. Леонтьев рассматривал жизнестойкость как меру преодоления личностью заданных обстоятельств. Е. И. Рассказова – как ресурс на поддержание витальности в деятельности. С. А. Богомаз видит жизнестойкость как системное психологическое свойство. М. В. Логинова определяет параметр как структурированное психическое образование.

Жизнестойкость повышает адаптивность личности к изменяющейся среде, и поэтому П. Торранс считает, что креативность и творческая самореализация способствует повышению жизнестойкости. Р. Эверолл, Дж. Олтраус и Б. Полсон определяют модели жизнестойкости в контексте одного из трех операционных определений. С. Волин и С. Волин считают креативность важнейшими механизмами преодоления стресса. К. Шелли, Ц. Чжоу, Г. Олдхэм обнаружили, что участники исследования с низкой креативностью демонстрировали более высокие творческие достижения, когда рядом присутствовали творческие личности. Дж. Менили и М. Портиньо предположили, что существуют несколько творческих характеристик, взаимосвязанных с жизнестойкостью. На основании вышеизложен-

ного актуальность проблемы соотношения креативности и жизнестойкости можно считать обоснованной.

Противоречивость в рассмотренных трактовках понятия жизнестойкости свидетельствует не о различных подходах к проблеме, а об определённой специфике уровней анализа – от адаптации к самоопределению и реализации жизненного предназначения человека.

В определении креативности наоборот отсутствуют однозначно интерпретируемые понятия.

Несмотря на ряд существенных открытий, проблема творчества, и особенно феномен креативности, до настоящего времени остается недостаточно изученным явлением.

Жизнестойкость на различных этапах жизни человека проявляется по-разному. Природой было задумано, что в каждый период жизни человек способен справляться с трудными жизненными ситуациями и обладает достаточными для этого техниками на основе накопленного опыта. Исключение составляет детский период, когда научение происходит через родителей.

Знания сенситивных периодов для развития определенного качества должны использоваться для разработки психологических программ развития и помощи индивидам на разных возрастных этапах.

Методология и методы исследования. Гипотеза исследования основана на следующих предположениях:

1. Жизнестойкость положительно связана с креативными характеристиками личности, что помогает успешнее совладать со стрессовой ситуацией.
2. Жизнестойкость более характерна для зрелой личности, как социально-психологическое явление ярче проявляется во взрослом возрасте.

В эмпирическом исследовании приняли участие 80 респондентов в возрасте от 11 до 75 лет, проживающих в городе Екатеринбург, у них разный род деятельности, среди них есть школьники, студенты екатеринбургских вузов, а также сотрудники различных предприятий Екатеринбурга. Далее респонденты были разделены на несколько возрастных групп:

- подростковый возраст с 11 до 16 лет;
- юношеский возраст с 17 до 21 года;
- зрелый возраст с 22 до 55 лет;
- пожилой возраст с 56 до 75 лет.

Исследование проводилось индивидуально по выбранным методикам. Респондентам заполняли специальные бланки для занесения ответов по методикам. После сбора эмпирических данных полученные результаты были занесены в протокол по каждой методике. Все данные подверглись математической обработки, после которой был проведен анализ полученных результатов выборки. Для сбора данных использовались следующие методики:

1. Тест жизнестойкости С. Мадди, адаптированный Д. А. Леонтьевым и Е. И. Рассказовой.
2. Тест смысложизненные ориентации Д. А. Леонтьева.

3. Диагностика личностной креативности Е. Е. Туник. С целью обоснования выбора критерия был использован критерий Колмогорова-Смирнова на нормальность распределения.

Далее был использован математико-статистический анализ параметрический критерий Пирсона.

Результаты исследования. В ходе эмпирического исследования связи креативности с компонентами жизнестойкости в разных возрастных группах были получены следующие результаты (см. табл. 1).

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа показателей жизнестойкости, смысложизненных ориентаций и креативности

Жизнестойкость	Личностная креативность				
	1	2	3	4	5
	Шкалы	Любознательность	Воображение	Сложность	Склонность к риску
	Вовлеченность	0,38 p=0,001	0,23 p=0,040	0,051 p=0,000	0,033 p=0,003
	Контроль	0,46 p=0,001	0,33 p=0,001	0,69 p=0,001	0,43 p=0,001
	Принятие риска	0,26 p=0,023	0,09 p=0,422	0,35 p=0,002	0,30 p=0,008
Смысложизненные ориентации	Цели	0,18 p=0,110	0,18 p=0,129	0,41 p=0,001	0,18 p=0,106
	Процесс	0,47 p=0,001	0,43 p=0,001	0,57 p=0,001	0,44 p=0,001
	Результат	0,39 p=0,001	0,32 p=0,005	0,56 p=0,000	0,35 p=0,002
	Локус контроля – Я	0,34 p=0,003	0,31 p=0,007	0,50 p=0,001	0,29 p=0,012
	Локус контроля – жизнь	0,36 p=0,001	0,36 p=0,001	0,49 p=0,000	0,26 p=0,021

*Уровень значимости $p < 0,050$.

В таблице 1 можно увидеть следующее: обобщенные данные по всем возрастным группам показывают низкую значимость связки «Принятие риска-воображение». Делать выводы на основании обобщенных данных преждевременно. Поэтому нужно анализировать данные в каждой возрастной группе.



Рис. 1. Корреляционная матрица характеристик креативности и смысловых ориентаций

На рисунке 1 можно увидеть следующую связь: показатели смысловых ориентаций и показатели креативности взаимосвязаны. Исходя из полученных данных, можно сделать предположение о том, что Осмысление жизни, выработка стратегии, настойчивое достижение цели, осознание себя в настоящем, анализ себя прошлого, и четкое представление себя будущего связано с креативными личностными характеристиками «воображение» и «сложность».



Рис. 2. Корреляционная матрица компонентов жизнестойкости и креативности

На рисунке 2 можно увидеть следующую связь: показатели жизнестойкости и показатели креативности взаимосвязаны. Исходя из полученных данных, можно сделать предположение о том, что «принятие риска», «вовлеченность» и «контроль» взаимосвязаны и изменяются согласованно

с «любопытностью», «воображением», «сложностью» и «склонностью к риску».

На основании результатов, указанных в таблице и на корреляционных матрицах, можно сделать вывод о существовании взаимосвязи между компонентами жизнестойкости, смысловых ориентаций и креативности.

Важно сравнить выявленные характеристики жизнестойкости, смысловых ориентаций с характеристиками креативности в разных возрастных группах. Рассмотрим данные подробнее (см. Таблица 2).

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа показателей жизнестойкости, смысловых ориентаций и показателей креативности в подростковом возрасте

	Личностная креативность				
	Шкалы	Любопытность	Воображение	Сложность	Склонность к риску
Жизнестойкость	Вовлеченность	0,56 p=0,004	0,41 p=0,048	0,53 p=0,007	0,44 p=0,031
	Контроль	0,52 p=0,009	0,39 p=0,058	0,71 p=0,001	0,38 p=0,067
	Принятие риска	0,32 p=0,127	0,24 p=0,252	0,44 p=0,029	0,40 p=0,051
Смысловые ориентации	Цели	0,37 p=0,069	0,33 p=0,106	0,44 p=0,019	0,33 p=0,115
	Процесс	0,63 p=0,001	0,59 p=0,002	0,53 p=0,007	0,55 p=0,005
	Результат	0,50 p=0,013	0,37 p=0,074	0,52 p=0,009	0,43 p=0,035
	Локус контроля – Я	0,44 p=0,030	0,32 p=0,121	0,51 p=0,010	0,45 p=0,025
	Локус контроля – жизнь	0,46 p=0,021	0,39 p=0,054	0,39 p=0,057	0,51 p=0,010

*Уровень значимости $p < 0,050$.

В таблице 2 можно увидеть следующую закономерность: для подросткового возраста не являются значимыми связи «контроль – воображение»; «контроль – склонность к риску»; «принятие риска – любопытность»; «принятие риска – воображение»; «принятие риска – склонность к риску».

Давайте разберем связь «Вовлеченность – любопытность, воображение, сложность, склонность к риску».

Вовлеченность формирует убежденность в активном участии в происходящих вокруг событиях и нахождение в этом интересного.

В подростковом возрасте, как правило, имеются в наличии интересы, хобби. Подростки с энтузиазмом ходят в кружки и секции, им нравится то, что они делают.

Любознательность в этом случае считается как вспомогательная способность. Подросток пытается найти интересную для него сферу деятельности методом проб и ошибок, записываясь в различные кружки, менять их, если не интересно. Это касается как учебной деятельности, так и внешкольных занятий.

Воображение в подростковом возрасте способствует развитию личности, особенно интеллектуальному развитию. Ребенок с богатым воображением способен мыслить оригинально, не шаблонно.

Ему сопутствует успех в тех областях деятельности, которые ему интересны. Кроме того, воображение помогает и в реальной жизни разрешать внутренние и внешние проблемы, снижать стресс эмоциональное напряжение, конструктивно решать текущие вопросы.

Сложность в подростковом возрасте проявляется в стремлении к самостоятельности в принятии решений. И склонность к риску, и сложность замыкают свои интересы на отстройке от взрослых.

Давайте проанализируем параллель «Результат – любознательность, сложность, склонность к риску».

Результат определяет осмысленный подход к прожитой жизни.

В подростковом возрасте одним из новых психологических новообразований является рефлексия для осознания и оценки результатов жизни. Таким образом, подросток может ощутить удовлетворенность прожитого отрезка жизни, сориентироваться в намеченных целях, отстаивать свои идеи и цели.

Мы подошли к рассмотрению связи «Локус – Я – любознательность, сложность, склонность к риску».

Локус контроля – Я обогащает представление человека о себе как о сильной и свободной личности, уверенной в своих силах и в ответственности за принятие решений. Противовес – неверие в собственные силы.

Как правило, подростки самоуверенны, считают себя взрослыми и способными решать вопросы без помощи. Они считают, что ничем не отличаются от взрослых по разумности.

Давайте рассмотрим связку «Локус – жизнь – любознательность, склонность к риску».

Локус контроля – жизнь убеждает человека в способности управлять собственной жизнью, понимать, что он сам контролирует свою жизнь, и даже те процессы, которые ему не подвластны. Подростки хотят ставить цели на будущее, строить планы.

Они ищут наилучшие пути достижения своих целей. Они готовы отстаивать свои идеи и не обращают внимания на неодобрение окружающих.

Важно отметить, что подростки стремятся наслаждаться жизнью, получая от нее как можно больше удовольствий. Они уверены в том, что они хозяева жизни.

Мы подошли к анализу связки «Контроль – любознательность и сложность».

Контроль предоставляет убежденность в том, что борьба с внешним миром помогает влиять на результат, без гарантий успеха. Подростки самостоятельно пытаются найти свою сферу деятельности. Любознательность помогает находить те обстоятельства, которые позволяют проявлять себя успешно. Сложность также проявляется в самостоятельности и отстройке от взрослых, настойчивости в достижении задач. Стремление решать не простые задачи позволяют продолжать борьбу с окружающими.

Связь «Принятие риска – сложность». Принятие риска убеждает подростка, что все, что не делается – к лучшему, что любая ситуация выступает как накопление позитивного опыта.

Сложность помогает анализировать, что сделано, что надо сделать.

Давайте перейдем к разбору связки «Цели – сложность».

Цель определяет ее наличие для осмысления жизненного процесса. Формирование целей – закономерный процесс. Подросток разбивает цель на задачи для достижения и действует по составленному плану.

Связь «Процесс – любознательность, воображение, сложность, склонность к риску» дает нам понять следующее.

Процесс описывается эмоциональной окраской жизни.

Подросткам нравится жить. Им интересно. Они любознательно ищут в окружающем мире новые решения и идеи. Это касается как участия в процессе, так и наблюдения со стороны. Познание и изучение как можно большего вокруг позволяет им идти в ногу со временем.

Воображение настраивает фантазийные образы. Подросток с развитой фантазией придумывает несуществующие ситуации и способы разрешения конфликтов. Принятие риска позволяет отстаивать свое мнение, даже, если окружающие выступают против идеи подростка.

Таким образом, можно сделать вывод, что в подростковом возрасте и жизнестойкость, и креативность находятся на высоком уровне. Данный факт позволяет перейти к сравнению данных в юношеском возрасте (см. табл. 3).

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа показателей жизнестойкости, смысловых ориентаций и показателями креативности в юношеском возрасте

	Личностная креативность				
	Шкалы	Любознательность	Воображение	Сложность	Склонность к риску
1	2	3	4	5	6
Жизнестойкость	Вовлеченность	0,48 p=0,042	0,53 p=0,023	0,63 p=0,005	0,18 p=0,469
	Контроль	0,68 p=0,002	0,59 p=0,011	0,77 p=0,001	0,49 p=0,038
Смысловые ориентации	Процесс	0,27 p=0,278	0,43 p=0,069	0,47 p=0,047	0,23 p=0,345
	Результат	0,36 p=0,144	0,34 p=0,162	0,52 p=0,024	0,27 p=0,268
	Локус контроля – Я	0,44 p=0,061	0,44 p=0,064	0,47 p=0,044	0,07 p=0,771

*Уровень значимости $p < 0,050$.

В таблице 3 можно увидеть следующую закономерность: для юношеского возраста не являются значимой связка показателей «контроль – склонность к риску».

Давайте сравним параметры «Вовлеченность – любознательность, воображение, сложность». Юношеский возраст сочетает в себе завершающий этап трансформации личности и смену вида деятельности. В данный период юноша выбирает профессиональный вектор развития. Кроме желания быть взрослым и самостоятельным уже появляются и возможности. Юношам все также интересен мир и присутствует желание получать удовольствие от общения. Стремление к социальной справедливости также характеризует данный период.

Воображение позволяет ярко планировать свою жизнь и добиваться нестандартного подхода для достижения успеха.

Сравним показатели в связке «Контроль – любознательность, воображение, сложность, склонность к риску». Убежденность во влиянии на собственную жизнь в юношеском возрасте помогает находить нестандартные решения. Процесс поиска ставит под сомнения уже имеющийся вариант решения проблем. Убежденность в возможности повлиять на жизнь помогает активно искать и познавать истину в происходящих событиях и фактах. Мнение окружающих для них все также не является решающим.

Связь «Процесс – сложность» анализирует выбор сложности пути и отношение к жизни. Процесс жизни для юношей эмоционально положительно окрашен, полон ярких впечатлений и эмоций. Они находят удо-

вольствие во всем, чем занимаются. В ходе решения жизненных ситуаций вырабатывается настойчивость и упорство к достижению целей.

Связь «Результат – сложность» отличает от предыдущей связки оценкой прожитого отрезка времени. Осмысленность прошедшей части жизни для юношей выражается анализом достигнутых результатов на современном этапе. К этому времени уже сформировано собственная система ценностей направленность выбранных приоритетов и ценностей и определен дальнейший смысл жизни. Данный факт способствует отстройке от окружающих людей, самостоятельность к принятию решений и принятии на себя ответственности за последствия.

Связь «Локус контроля – Я – сложность» определяет степень последовательности в принятии решений.

Локус контроля – Я характеризует более уверенных в себе людей, настойчивых в достижении поставленных целей. Также определяет уравновешенность и доброжелательность. В юношеском возрасте присутствует убеждение в том, что все происходящее в жизни является их решением. Неудачи стимулируют их прилагать еще больше усилий и проявлять настойчивость для достижения целей и снижения риска неудачи.

Таким образом, в результате проведенного анализа выявленных связей можно сделать вывод, что для юношеского возраста также характерны связи между компонентами жизнестойкости и креативности.

В данный период происходит выбор профессионального самоопределения. Юноша становится самостоятельным и готовым к взрослой жизни.

Вовлеченность в юношеском возрасте помогает получать удовольствие от жизни, от общения с окружающими людьми и стремлении разрешить социальные проблемы.

Юношеский возраст способствует креативному подходу даже при решении повседневных, не стандартно планируют свою деятельность и решают многие жизненные проблемы. Для них естественно стремление к достижению успеха во всех сферах жизни: учебной, профессиональной или общественной.

Контроль позволяет самостоятельно решать жизненные задачи, не обращая внимания на критику или неодобрение, и применять творческий подход для получения наилучшего результата.

Также стоит отметить, что на данном этапе жизни уже сформировано мировоззрение. Поэтому цели и жизненные ориентиры принимают устойчивый характер. Молодые люди выбирают направление профессиональной деятельности и успешно в нем реализуются. В данный возрастной период юноши и девушки научаются ставить цели путем решения сложных задач. В дальнейшем данный факт способствует созданию устойчивой семьи и формированию положительного образа себя, что оказывает сильное влияние на личность в зрелом возрасте.

Давайте проанализируем полученные данные в зрелом возрасте (см. табл. 4).

Таблица 4

Результаты корреляционного анализа показателей жизнестойкости, смысловых ориентаций и показателями креативности в зрелом возрасте

	Личностная креативность				
	Шкалы	Любознательность	Воображение	Сложность	Склонность к риску
1	2	3	4	5	6
Жизнестойкость	Вовлеченность	0,39 p=0,104	0,16 p=0,525	0,70 p=0,001	0,47 p=0,048
	Контроль	0,22 p=0,336	0,31 p=0,204	0,83 p=0,001	0,46 p=0,054
	Принятие риска	0,20 p=0,412	-0,09 p=0,701	0,67 p=0,002	0,28 p=0,247
Смысловые ориентации	Цели	0,09 p=0,697	-0,01 p=0,960	0,50 p=0,036	0,15 p=0,526
	Процесс	0,49 p=0,039	0,27 p=0,278	0,79 p=0,001	0,36 p=0,138
	Результат	0,32 p=0,190	0,19 p=0,428	0,70 p=0,001	0,23 p=0,341
	Локус контроля – Я	0,30 p=0,214	0,34 p=0,157	0,66 p=0,003	0,22 p=0,379
	Локус контроля – жизнь	0,27 p=0,264	0,22 p=0,359	0,68 p=0,002	0,21 p=0,392

*Уровень значимости $p < 0,050$.

В таблице 4 можно увидеть следующую закономерность: для зрелого возраста остаются значимыми связи показателей жизнестойкости с показателями креативности «сложность» и «склонность к риску».

Зрелость является порой полного расцвета личности, когда человек способен полностью реализовать свой потенциал, добиться успехов во всех сферах жизни.

Связка «Вовлеченность – сложность, склонность к риску» показывает интерес к жизни, готовность принимать ответственность за поступки и выбор по степени сложности решений.

В период зрелости человек сохраняет интерес к происходящему вовне, с увлеченностью занимается своим делом, идеально, если при этом он получает удовлетворение и чувствует себя уверенно. Если работа – это призвание, а не просто способ сбежать из семьи, где тебя не понимают.

Взрослые осмысленно стремятся к саморазвитию и духовному самосовершенствованию. Широта социальных контактов достигает пика и спо-

способствует достижению успеха. Риск позволяет человеку в зрелом возрасте прогнозировать ход событий, тем самым избегать неудач, оптимально выстраивать стратегию дальнейших действий для быстрого принятия решений в сложных ситуациях.

Связка «Контроль – сложность» анализирует выбор за собственную жизнь.

Взрослые люди пока еще уверены в своих возможностях, понимают, что контроль над собственной жизнью не всецелый, есть доля вероятностных событий. Активно живут на основе выбранной стратегии.

Трудности не пугают. Они продолжают считать, что трудности – ступеньки для развития личности и опыт.

Связь «Принятие риска – сложность» показывает, насколько зрелые люди готовы принять ответственность за свои решения в сложных ситуациях.

Взрослые люди убеждены в необходимости опыта как позитивного, так и негативного. Данный факт является основой для принятия.

Получить бесценный опыт для изучения и развития взрослый человек может в профессиональной сфере, обучении, увлечениях.

Связь «Цели – сложность» анализирует сложность поставленных задач.

В зрелом возрасте уже выстроена стратегия жизни. Все поступки придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу.

Достижение поставленных целей человек в зрелом возрасте характеризуется трудными задачами, настойчивостью в их достижении.

Давайте сравним связь «Процесс – любознательность, сложность». Процесс придает жизни интерес, эмоциональную составляющую и смысл. Зрелые люди ощущают удовлетворенность своей жизнью в настоящем. Любознательность помогает найти новые пути решения возникающих задач, мотивирует на получение новых знаний и саморазвитие личности.

Связь «Результат – сложность» определяет результат прожитого отрезка жизни. Для зрелого возраста характерна удовлетворенность прожитой частью жизни, ощущением продуктивности и осмысленности.

Для подтверждения данных показателей человек анализирует то, как сложилась его жизнь, и как могла сложиться.

Связь «Локус контроля – Я – сложность» определяет степень ответственности за жизнь.

Локус контроля – Я характеризуется, как способность человека брать на себя полную ответственность за жизнь. Зрелый человек осознает степень ответственности за свои поступки и не стремится обвинять во всех неудачах только внешние факторы и окружающих людей. Взрослый ставит перед собой трудные задачи для получения желаемого результата.

Давайте посмотрим, в чем отличие от предыдущей связки в показателях «Локус контроля – жизнь – сложность».

Локус контроля – жизнь представляет собой понимание того, что человек способен контролировать собственную жизнь. Данный компонент определяет степень самостоятельности в принимаемых решениях и их реализации.

Для достижения задуманного зрелый человек не пугается сложных задач и настойчиво добивается их осуществления.

Таким образом, в результате анализа выявленных связей в зрелом возрасте становится понятно, что компоненты жизнестойкости связаны только с креативной характеристикой. Все компоненты смысложизненных ориентаций также имеют связь только с характеристикой креативности.

В зрелом возрасте человек по своим характеристикам жизнестойкости начинает уступать юношеским показателям. Пока еще взрослый увлеченно занимается своим любимым делом, самосовершенствуется и получает удовлетворение от собственной жизни.

В процессе жизненной активности взрослый человек сталкивается с разного рода трудностями, для решения которых он ставит перед собой сложные задачи, старается прогнозировать дальнейших ход событий, предполагать неудачи и действовать с расчетом на преодоления этих трудностей. Показатель «склонность к риску» резко возрастает.

Зрелые люди научились держать под контролем эмоции, себя и жизнь. Данный факт определяет, способствует принятию полной ответственности за свою жизнь. В то же время он способствует снижению показателя «воображение».

Данный возрастной этап является переходным к пожилому возрасту. На этом этапе должен произойти переход к мудрости и самопринятию.

Связей креативности с компонентами жизнестойкости и смысложизненных ориентаций в пожилом возрасте не выявлено. Пожилые люди не хотят участвовать в активной социальной жизни, проявляют мало интереса к окружающему миру. Человек в пожилом возрасте теряет веру в способность контролировать жизнь, они воспринимают старость как свершившееся событие. Пожилые люди не могут найти новый смысл жизни на пенсии. Они склонны переосмысливать свою прожитую жизнь, сравнивать, насколько она была насыщенной и продуктивной.

Снижение креативности в пожилом возрасте связано с общим ухудшением состояния здоровья и снижением когнитивных функций. В организме происходит трансформация психических и физиологических процессов: ухудшение памяти, замедлением мыслительных процессов, снижением мотивации к познавательной деятельности.

Таким образом, в результате эмпирического исследования жизнестойкости и креативности мы получили следующие данные (см. рис. 3).

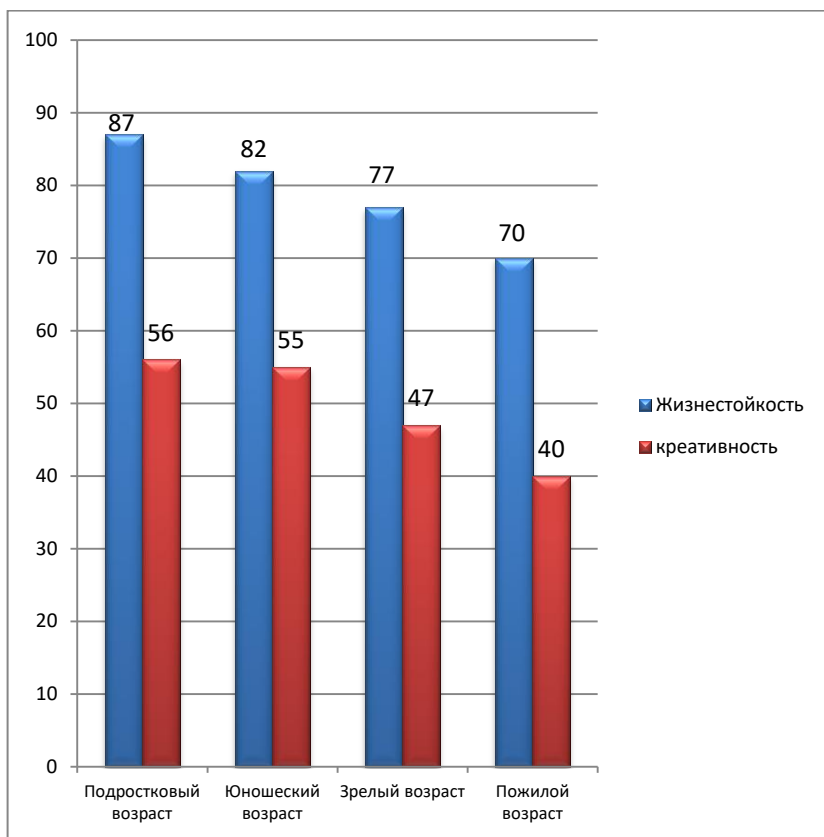


Рис. 3. Соотношение жизнестойкости и креативности различных возрастных групп

На рисунке 3 прослеживается соотношение между показателями креативности и жизнестойкости. Данные показатели согласованно изменяются на разных возрастных этапах: прослеживается закономерное снижение показателей к пожилому возрасту.

Выводы. Данный вывод согласуется с теоретическим анализом о том, что в подростковом возрасте происходит формирование жизнестойкости за счет образования смысложизненных целей, которые создают устойчивую базу для дальнейшей жизни.

В юношеском возрасте начинают формироваться жизнестойкие установки и стратегии, которые помогают личности преодолевать возникающие жизненные трудности.

В зрелом возрасте жизнестойкость связана с профессиональной успешностью и повышением личностной эффективности.

В пожилом возрасте снижается по причине непричастности к активной социальной жизни, ощущения исключенности из жизни и потери контроля, потерей жизненного смысла.

Креативность, согласно теоретическому анализу, достигает пика в подростковом и юношеском возрасте с последующим замедлением в развитии, затем стабилизируется в зрелом возрасте и идет к спаду в пожилом возрасте.

Список литературы

1. Водяха, С. А. Соотношение жизнестойкости и личностных достоинств студентов / С. А. Водяха // Педагогическое образование в России. – 2017. – № 11. – С. 24-29.
2. Водяха, С. А. Жизнестойкость креативных студентов / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха, Ю. А. Рябова // Педагогическое образование в России. – 2020. – № 4. – С. 35-40.

Царева Елена Викторовна,

кандидат философских наук, доцент, Мордовский государственный педагогический университет им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск, Россия

Слюняева Алина Александровна,

студент, Мордовский государственный педагогический университет им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск, Россия

ПРОБЛЕМЫ В МЕЖЛИЧНОСТНОМ ОБЩЕНИИ СО СВЕРСТНИКАМИ КАК ФАКТОР НАРУШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ПОДРОСТКА

Аннотация. В статье рассматривается проблема профилактики сложностей в межличностном общении подростков как фактора нарушения психологической безопасности. Представлены понятия «психологическая безопасность» и «социально-психологическая безопасность». Приводятся данные проведенных исследований, свидетельствующих о необходимости проведения такой работы.

Ключевые слова: подростки; психология подростков; межличностное общение; межличностные отношения; отношения со сверстниками; психологическая безопасность; социально-психологическая безопасность; социальная значимость.

Tsareva Elena Viktorovna,

Candidate of Philosophy, Associate Professor, Mordovian State Pedagogical University Named after M.E. Evsevieva, Saransk, Russia

Slyunyaeva Alina Aleksandrovna,

Student, Mordovian State Pedagogical University Named after M.E. Evsevieva, Saransk, Russia

PROBLEMS IN INTERPERSONAL COMMUNICATION WITH PERSONS AS A FACTOR OF VIOLATION OF THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF A TEENAGER

Abstract. The article deals with the problem of preventing problems in interpersonal communication of adolescents, as a factor in violation of psychological safety. The concepts of “psychological safety” and “social and psychological safety” are presented. The data of the research carried out, indicating the need for such work, are presented.

Keywords: adolescents; psychology of adolescents; interpersonal communication; interpersonal relationships; peer relationships; psychological safety; social and psychological safety; social significance.

Общение играет огромную роль в становлении и развитии самосознания, адекватного образа «Я», который складывается у подростка только в том случае, когда он становится значимым для окружающих, когда люди им заинтересованы.

Самооценка необходимый компонент самосознания. Она формируется благодаря общению со сверстниками, которые так важны в этом возрасте, и со взрослыми. На протяжении всей жизни у человека преобладает по-

требность в принятии его обществом, в подростковом возрасте эта потребность выражена наиболее ярко. Центром внимания подростка становятся взаимоотношения с ровесниками, которые оказывают влияние как на его поведение, деятельность, так и на развитие определенных личностных качеств и социальных установок.

Именно поэтому проблема общения со сверстниками выступает одной из значимых на данном возрастном этапе.

Важным для подростка является признание в группе сверстников, определенная степень лидерства, значимое место среди сверстников. Иногда высокому статусному положению в референтной группе препятствуют невозможность и неумение подростка объективно оценить себя и собственные возможности, некоторые индивидуальные психологические особенности личности.

Сложности вызывает и поиск устойчивых социальных ролей. Стремясь овладеть запасом определенных знаний, расширить социальные контакты, подросток не придает значения необходимости их систематизации. Стремление утвердиться, доказать собственную правоту как себе, так и окружающим, максимализм, личностная и ситуативная тревожность, неуверенность, сензитивность к различным препятствиям становятся источниками проблем в межличностных отношениях. Неблагополучие в отношениях со сверстниками, отсутствие близких друзей, одиночество вызывают душевные переживания, неуверенность в себе и своих силах, что может негативно сказаться на психологической безопасности ребенка, его эмоциональном благополучии.

Психологическая безопасность интерпретируется нами как определенное состояние защищенности и психологического благополучия, которое формируется в результате успешного овладения способами и средствами преодоления и устранения психологической опасности, а также владения им приемами нейтрализации и преодоления психологической опасности, создания психологически безопасной атмосферы. Такие личностные особенностями, как стрессоустойчивость, критичность, эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе, саморегуляция, самоорганизованность, адекватная оценка происходящего имеют первостепенное значение для успешной защиты от негативных влияний [2, с. 79].

Так как психологическая безопасность, несомненно, предполагает устойчивость личности, наличие умения преодолеть угрозы окружающей среды за счет собственных ресурсов или средствами защитных факторов окружающей среды, ее можно трактовать как состояние сохранности психики. Вместе с тем психологическая безопасность среды и личности представляют собой модель нормального развития и функционирования индивида в окружающей среде, поэтому их невозможно исследовать отдельно друг от друга.

Вопросом межличностного общения занимались многие отечественные психологи, а именно А. А. Леонтьев, А. А. Бодалёв, В. А. Кан-Калик, Г. А. Ковалев, В. Н. Мясищев, Б. Г. Ананьев, И. С. Кон и др.

Значительный вклад в изучение психологической безопасности внесли такие исследователи, как И. А. Баева, В. И. Панов, К. А. Абульханова-Славская, А. Г. Асмолов, Р. Б. Гительмахер, Е. А. Климов, А. А. Реан, В. И. Слободчиков, Б. Г. Ананьев, Г. М. Андреева и др.

Социально-психологическую безопасность мы интерпретируем как состояние личности, возникающие в результате ее взаимоотношений с окружающими людьми на основе гармонии и взаимного удовлетворения, которые способствуют успешной реализации психологического и духовного потенциала, сохранению целостности личности [7, с. 338].

В качестве основных характеристик социально-психологической безопасности мы выделяем:

- минимализацию сложностей в общении с окружающими людьми;
- отсутствие дискомфорта и напряженности во взаимодействии;
- чувство защищенности от деструктивного влияния партнеров по взаимодействию или в условиях неблагоприятных ситуаций взаимодействия;
- позитивный характер взаимоотношений.

Мы полагаем, что уровень развития социально-психологической безопасности зависит от сформированности основных структурных компонентов личности, от мнения и оценки человеком собственного социального окружения, выбранных им стратегий поведения, способов построения собственной системы межличностного общения [7, с. 339].

Интимно-личностное общение со сверстниками выступает в качестве ведущего вида деятельности в период подросткового возраста. На первом плане оказывается общение с друзьями, которое приобретает особую ценность и в определенной мере отодвигает учение. Отношения с одноклассниками и сверстниками становятся более сложными, разнообразными содержательными. Общение со взрослыми, напротив, становится более проблематичным, не способным решить всех вопросов взрослеющей личности.

Следует отметить, что в основе межличностного общения подростков лежат в первую очередь определенные эмоции и чувства по отношению друг к другу. Межличностные отношения подростка становятся более устойчивыми по мере нахождения им референтной группы сверстников [1, с. 83].

С одной стороны, у подростка ярко проявляется потребность в общении, коллективизме, совместной деятельности, а главное дружбе, а с другой – желание быть нужным, признанным своими товарищами. И содержание общения претерпевает некоторые изменения: «если младшего подростка интересовали вопросы учения и поведения, то старшего интересуют вопросы личностного общения, развития индивидуальности». На пути

к своему «Я» подросток стремится определить грани своих возможностей, что-то доказать окружающим и себе в первую очередь [1, с. 84].

Выделяя три формы межличностных отношений подростков (интимно-личные, стихийно-групповые и социально-ориентированные), Д. И. Фельдштейн утверждает, что самой распространенной формой взаимоотношений подростков является интимно-личностная, из-за стремления подростка стать нужным, быть понятым и признанным своими сверстниками [8, с. 400].

И. С. Кон полагает, что понимание подростка другим человеком, не что иное как верный способ преодоления ощущения одиночества, возможность удостовериться не только в собственном существовании, но и в самооценности. «Найдя друга, подростки реализуют не только потребность в понимании, но и потребность в собеседнике, самораскрытии. Само становление подростка становится, таким образом, продуктивным» [4, с. 110].

Часто не находя этого, подросток начинает замыкаться в себе, не доказав людям свою значимость и увидев противоречия между своими представлениями и действительностью, он пытается доказать это самому себе, тем самым отдаляясь от общества сверстников.

Отвергнутые подростки «аутсайдеры» характеризуются определенным набором качеств (недостаточное понимание эмоций, недостаточная чуткость к другим, низкая внушаемость, безразличие к удачам и неудачам и т. п.) способствующим тому, чтобы они заняли низкостатусную позицию в группе. Тем не менее, как показали исследования М. Е. Сачковой, большинство отвергнутых завышают свой статус. Это связано актуализацией механизма психологической защиты и отсутствием желания видеть себя на низкой ступени в положении учащихся в классе [5].

Такая позиция, несомненно, влияет на психологическое благополучие подростка, уровень его удовлетворенности жизнью и на процесс самореализации. Хотя лидер и имеет гораздо больше возможностей по сравнению с аутсайдером, но с точки зрения самореализации, подростку гораздо важнее не быть аутсайдером, чем быть лидером. Таким образом, среднестатистические учащиеся имеют более благоприятные условия для самореализации, с этой категорией учащихся подростки общаются охотнее, чем с аутсайдерами, а иногда даже и с лидерами [6, с. 197].

В рамках обозначенной проблемы нами проведено эмпирическое исследование межличностного общения подростков и их психологической безопасности. В качестве респондентов выступили ученики 8 класса МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5» г. о. Саранск в количестве 26 человек.

Первый этап исследования заключался в определении психологического климата в коллективе учащихся на эмоциональном уровне. Была проведена «Методика оценки психологического климата в классе» (Л. Н. Лутошкин).

Данные исследования показали, что большинство подростков оценивают психологический климат в своем классе как средний благоприятный – 58%. Психологический климат как начальный неблагоприятный оценивают 27% испытуемых. 15% подростков отметили психологический климат своего класса как низкий благоприятный.

Второй этап исследования проводился с целью выявить возможные «типы» восприятия подростками своей группы с помощью методики «Оценка отношений подростка с классом».

Результаты второго этапа исследования говорят, что одинаковое количество испытуемых – по 38% – имеют индивидуалистический и прагматический типы восприятия группы. Для первых группа не представляет собой самостоятельной ценности, а для вторых – воспринимается с точки зрения её «полезности» для индивида. Оставшиеся 24% подростков имеют коллективистический тип восприятия группы, этот тип заинтересован в делах и членах своей группы.

С целью выявления уровня психологической безопасности подростков мы использовали методику «Индекс социокультурной безопасности школьника» [2].

Анализ данных диагностической методики позволяет сделать вывод, что для 58% подростков характерен оптимальный уровень социокультурной безопасности, для 42% респондентов – низкий уровень социокультурной безопасности, что проявляется в социальной пассивности, низкой продуктивности взаимодействия, раздражительности и т. д. Между значениями оценки психологического климата и индексом социокультурной безопасности выявлена умеренная положительная связь (г-Спирмена).

Исходя из полученных данных исследования, можно сделать вывод, что данная группа подростков имеет средний уровень благоприятности психологического климата, но оценивается её некоторыми участниками как группа с низким уровнем благоприятности психологического климата; у учащихся данного класса преобладают индивидуалистический и прагматический типы восприятия группы. Учащиеся с низкими показателями социокультурной (психологической) безопасности оценивают психологический климат как начальный неблагоприятный и как низкий благоприятный.

Для изменения типа восприятия группы, повышения уровня психологического климата в классе и развития психологической безопасности необходима реализация программы психолого-педагогического тренинга по профилактике проблем в межличностном общении подростков.

Неумение или невозможность в силу каких-то обстоятельств добиться удовлетворяющего подростка положения приводит к различным нарушениям в учебной деятельности, проявлению недисциплинированности и прочих негативных проявлений.

Достойное положение в группе сверстников, дающее школьнику моральное удовлетворение, важное условие для его нормального психического

развития. Это может быть связано с индивидуальными особенностями как самого подростка, так и группы сверстников. Недостаток межличностного общения влечет за собой затруднение приспособляемости, нарушение эмоциональных контактов. Многие такие школьники теряют уверенность в себе, у них возникает чувство неполноценности, часто подавленное настроение, формируется замкнутость, конфликтность, непослушание и упрямство.

Совместная деятельность, адаптация человека в жизненной среде, а также соблюдение определенных отношений между людьми, являясь определенными формами социального взаимодействия, есть не что иное, как обязательные условия психологической безопасности. Она основывается на убеждении, что человек будет принят референтной группой, защищен от неприятия, осуждения этой и другими группами, и построит эмоционально благоприятные взаимоотношения с членами этой группы.

Список литературы

1. Бодалев, А. А. Прикладная психология общения и межличностного познания : монография / А. А. Бодалев ; под ред. Л. И. Рюминой. – М. : КРЕДО, 2015. – 144 с.
2. Варданян, Ю. В. Субъектная и компетентностная обусловленность развития психологической безопасности в системе образования / Ю. В. Варданян // Интеграция образования. – 2011. – № 1. – С. 79-81.
3. Гилемханова, Э. Н. Методика «Индекс социокультурной безопасности школьника» / Э. Н. Гилемханова // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2019. – № 2. – С. 164-183.
4. Кон, И. С. Психология юношеского возраста / И. С. Кон. – М. : Книга по Требованию, 2013. – 176 с.
5. Кондратьев, М. Ю. Психология отношений межличностной значимости / М. Ю. Кондратьев. – М. : ПЕР СЭ, 2006. – 272 с.
6. Куминская, Е. А. Феномен аутсайдерства в подростковых коллективах / Е. А. Куминская // Психологическая наука и образование. – 2017. – Т. 9, № 2. – С. 84-95.
7. Лобанова, А. В. Изучение факторов, обеспечивающих психологическую безопасность личности подростков / А. В. Лобанова // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. – 2012. – № 2. – С. 336-347.
8. Немов, Р. С. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики / Р. С. Немов. – М. : Владос, 2016. – 641 с.

Погадаева Дарья Александровна,

студент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Водяха Сергей Анатольевич,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия; svodyakha@yandex.ru

Лакашия Нана Тонтовна,

кандидат психологических наук, доцент, Абхазский государственный университет, г. Сухум, Абхазия

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНТЕЛЛЕКТА И ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ

Аннотация. В статье рассматриваются взаимосвязи структуры интеллекта и личностных качеств студентов. В результате эмпирического исследования выяснилось, что структура интеллекта имеет существенные взаимосвязи с темпераментальными и мотивационными чертами личности.

Ключевые слова: интеллект; структура интеллекта; качества интеллектуальной личности; студенты; личность студента; темпераментальные свойства личности.

Pogadaeva Daria Alexandrovna,

Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Vodyakha Sergey Anatolyevich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Lakashia Nana Tontovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Abkhaz State University, Sukhum, Abkhazia

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTELLIGENCE AND PERSONAL QUALITIES OF STUDENTS

Abstract. The article examines the relationship between the structure of intelligence and personal qualities of students. As a result of empirical research, it was found that the structure of intelligence has significant relationships with temperamental and motivational personality traits.

Keywords: intelligence; structure of intelligence; qualities of an intellectual personality; students; student personality; temperamental personality traits.

Введение в проблему. Связь между интеллектом и личностью имеет не только теоретическое, но и практическое значение, поскольку тесты личности и интеллекта часто применяются в контексте отбора. Знание их взаимосвязи делает возможным формулирование комбинированной валидности обоих конструкторов при прогнозировании академических и производственных достижений, а также личностной продуктивности. Кроме того, взаимо-

связь между данными конструктами важна для построения психологических теорий, направленных на понимание сложности человеческой природы. Один из популярных способов сделать это – получить и протестировать таксономию черт, описывающих важные области личности и умственных способностей. В области исследований интеллекта большинство современных моделей (то есть таксономий) определяют интеллект как иерархическую многомерную конструкцию, а не как простую, одномерную конструкцию.

Анализ существующих подходов к решению данной задачи. А. Егер и Х. Зюсс на основе всеобъемлющей и интегративной модели Берлинской структуры интеллекта (BIS) [6; 9] выделили три иерархических уровня: общий интеллект (g), четыре оперативные способности (например, способность к рассуждению, скорость восприятия) и три содержательные способности, (например, вербальный интеллект). На следующем более низком уровне находятся 12 более специфических способностей (например, вербальное мышление). Таксономии, ориентированные на личностные черты, концептуализируются аналогичным образом.

Например, в преобладающей в настоящее время пятифакторной модели (FFM) [3] личность представлена пятью широкими сферами (Большая пятерка; например, открытость опыту) и несколькими узкими аспектами внутри каждой области (например, открытость ценностям или открытость к эстетике). В последние годы пирамидальная модель личности [4; 5] была предложена как расширение FFM, которое дополнительно включает в себя факторы личности более высокого порядка.

Идея факторов более высокого порядка над Большой пятеркой была введена Дж. Дигманом [4], который предложил два фактора более высокого порядка: альфа (невротизм, доброжелательность и сознательность) и бета (экстраверсия и открытость), позже названные К. Де Янгом и др. стабильностью и пластичностью (Большой двойкой) [3]. Дж. Мьюзек предложил объединить их в общий фактор личности (GFP) [7].

В отношении слишком упрощенных концептуализаций и измерений психологических конструктов высказывается обоснованная критика. Как подчеркивает П. Аккерман [1], иерархическая структура исследуемых конструктов особенно важна при изучении отношений между личностью и интеллектом. Это означает, что не следует ожидать такой же корреляции между личностными чертами (например, открытостью) и общим интеллектом (например, g на более высоком иерархическом уровне). В тоже время, конкретные показатели интеллекта (например, образное мышление на более низком иерархическом уровне) могут манифестировать более значимые корреляции.

М. Сенглер с коллегами, провели исследование позволяющее прогнозировать академическую и учебную успеваемость с помощью интеллекта и личностных черт [2]. М. Циглер пришел к выводу, результаты интеллектуальных и личностных тестов, используемые в комплексе, что обладают

хорошей прогностической являются предикторами профессиональных и других поведенческих достижений личности [10].

Однако, как подчеркнул П. Аккерман [1], принцип симметрии Брунsvика практически не рассматривался в отношении взаимосвязи между личностью и интеллектом. Как следствие, пока неясно, как выглядит симметричное сравнение корреляций между личностью и интеллектом. Также современной психологии пока не до конца ясно какие конкретные способности наиболее тесно взаимосвязаны с определенными интеллектуальными способностями.

Методология и методы исследования. В эмпирическом исследовании принимали участие 169 человек, среди которых были студенты 1 курса УрГПУ и АГУ г. Сухум, Абхазия. Отобранные в выборку респонденты обучались в школах, которые расположены в разных частях УрФО, чтобы обеспечить репрезентативную выборку. Выборка была случайной и стратифицированной в зависимости от пола и возраста. Возраст респондентов варьировался от 17 до 19 лет, средний возраст – 18,3 лет ($SD=.54$). Данные собирались с сентября 2019 по октябрь 2020 гг. Тестовые тетради были заполнены на добровольной основе респондентами во время двух обычных 45-минутных занятий в отсутствии преподавателя и в присутствии обученного исследователя.

Для выборки адекватного статистического критерия для проверки гипотезы о взаимосвязи структур интеллекта и личностных качеств студентов была проведена проверка соответствия распределения показателей по методике «Универсальный Интеллектуальный тест» (УИТ СПЧ – М).

Эмпирические методы исследования:

1. Универсальный Интеллектуальный тест (УИТ СПЧ – М) И. М. Дашков, Н. А. Курганский и Л. К. Федорова.
2. Опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ) В. М. Русалова.
3. Методика самооценки метакогнитивных знаний и метакогнитивной активности Ю. В. Пошехонова, М. М. Кашапов.
4. Индивидуально-типологический опросник (ИТО) Л. Н. Собчик.
5. Методы математической статистики (исследование мер центральной тенденции, корреляционный анализ).

Для выявления статистической взаимосвязи – корреляции был использован критерий согласия К. Пирсона. Данный критерий устанавливает значимость согласия или несогласия с данными наблюдениями.

Результаты исследования.

Таблица 1

*Корреляция показателей универсального интеллектуального теста
и формально-динамических свойств индивидуальности*

Параметры	Вербальный интеллект	Графический интеллект	Числовые способности	Лингвистический интеллект	Математический интеллект	Логическое мышление	Эффективность памяти	Образное конструирование	Теоретические и практические знания	Вероятностные решения
Эргичность психомоторная	0,02	0,14	-0,18	-0,02	-0,18	-0,15	-0,06	0,25*	0,12	0,01
Эргичность интеллектуальная	0,21	0,08	0,11	0,30**	0,11	0,14	0,01	0,06	0,12	0,21
Эргичность коммуникативная	-0,27*	0,02	-0,31**	-0,31**	-0,31**	-0,35**	-0,15	0,11	-0,05	-0,14
Пластичность психомоторная	-0,17	0,06	-0,02	0,01	-0,02	-0,21	-0,14	0,12	0,05	-0,15
Пластичность интеллектуальная	0,31**	0,27*	0,08	0,24	0,08	0,18	0,20	0,27*	0,35**	0,17
Пластичность коммуникаторная	-0,08	-0,26*	-0,34**	-0,02	-0,34**	-0,19	-0,17	-0,17	0,08	-0,07
Скорость психомоторная	-0,14	0,02	-0,19	-0,15	-0,19	-0,17	-0,22	0,11	0,04	-0,04
Скорость интеллектуальная	0,21	0,21	0,01	0,09	0,01	0,07	0,24	0,20	0,16	0,08
Скорость коммуникативная	-0,08	0,05	-0,03	-0,13	-0,03	-0,07	-0,01	0,07	0,01	0,01
Эмоциональность психомоторная	0,12	0,17	0,05	0,12	0,05	0,13	0,10	0,29*	-0,03	-0,07
Эмоциональность интеллектуальная	-0,12	-0,09	-0,13	-0,08	-0,13	-0,20	-0,10	-0,04	-0,17	-0,07
Эмоциональность коммуникативная	0,10	0,11	0,04	-0,06	0,04	0,09	0,22	0,12	-0,08	-0,05
Контрольная шкала	-0,12	0,27*	0,07	-0,12	0,07	-0,11	-0,08	0,15	0,02	0,12

Примечание: «*» – $p < 0,05$ «**» – $p < 0,01$.

На основе таблицы 1 можно заключить, что эргичность психомоторная положительно коррелирует с таким компонентом как образное конструирование (0,25). Другими словами, чем чаще у студентов есть стремление заниматься физической деятельностью, обычной двигательной активностью, например, танцами, плаванием, тем легче респондентам заниматься самостоятельно или совместно с кем-то созданием конструкций из деталей, моделировать их как в реальном мире, из бумаги или картона, так и в виртуальном, с помощью специальных программ.

Анализируя таблицу, следует отметить, что эргичность интеллектуальная положительно коррелирует лишь с лингвистическим интеллектом (0,30). Таким образом, можно предположить, что присутствует стремление

к продуктивной деятельности, где виден результат, так обследуемым проще правильно и грамотно выражать собственные мысли, делится собственными размышлениями и впечатлениями, им легко убедить другого человека, приведа факты.

Эргичность коммуникативная и пластичность психомоторная не проявляют положительно значимых связей ни с одним компонентом универсального интеллектуального теста. Возможно, это связано с тем, что эргичность коммуникативная является потребностью в нормальном общении, где имеется «средний» круг контактов и пластичность психомоторная заключается в гибкости при переключении деятельности – мобильности.

Эргичность коммуникативная отрицательно коррелирует с вербальным интеллектом (-0,27), числовыми способностями (-0,31), лингвистическим интеллектом (-0,31), математическим (-0,31) и логическим (-0,35) интеллектом, что связано с умением общаться, представлять конструктивно информацию, респондентам сложно воспринимать задачи, связанные с цифрами и математическими понятиями, они с затруднениями решают сложные задачи, проводят вычисления.

Пластичность интеллектуальная напрямую связана с такими компонентами как вербальный интеллект (0,31), графический интеллект (0,27), образное конструирование (0,27) и теоретические и практические знания (0,35). Таким образом, можно предположить, что студенты умеют общаться с другими людьми, не только при личной встрече, но и по средствам бумаги или социальных сетей, а также они любят рассказывать так, что другие застывают, слушая истории. У обследуемых хорошо развита зрительная память, им свойственно качественно воспроизводить материал подаваемый письменно, также они замечают мельчайшие детали, скорее всего, они занимаются разными видами искусств, такими как живопись, литература, фотография.

Пластичность коммуникативная, скорость психомоторная, скорость интеллектуальная, и скорость коммуникативная не проявляют положительно значимых связей ни с одним компонентом универсального интеллектуального теста. Возможно, это связано с тем, что пластичность коммуникативная предполагает готовность к общению, стремление установить «типичное» для среднего человека стремление к новым социальным контактам, а скорость предполагает среднюю скорость моторно-двигательных операций, среднюю скорость умственных процессов при осуществлении интеллектуальной деятельности и обычную скорость речевой активности и вербализации.

Эмоциональность психомоторная напрямую связано с образным конструированием (0,29), респонденты чувствительны к неудачам в ручном труде, возможное несовпадение задуманного и реального моторного действия.

Эмоциональная интеллектуальность и коммуникативность не проявляет значимых связей ни с одним компонентом универсального интеллектуаль-

ного теста. Высокая эмоциональная чувствительность проявляется в случае неудач в общении и в ощущение постоянного беспокойства в процессе социального взаимодействия, раздражительность в ситуации общения, а также расхождений между ожидаемым и реальным результатом работы.

Наиболее значимыми показателями является корреляция эргичность интеллектуальность и лингвистический интеллект, пластичность интеллектуальность и вербальный интеллект, теоретический и практический интеллект.

Таблица 2

Корреляция показателей универсального интеллектуального теста и самооценки метакогнитивных знаний и метакогнитивной активности

Параметры	Вербальный интеллект	Графический интеллект	Числовые способности	Лингвистический интеллект	Математический интеллект	Логическое мышление	Эффективность памяти	Образное конструирование	Теоретические и практические знания	Вероятностные решения
Метакогнитивные знания	0,11	0,22	-0,23	0,04	-0,23	-0,08	0,18	0,28*	0,00	-0,01
Метакогнитивная активность	0,15	0,21	0,06	0,18	0,06	0,06	-0,02	0,21	0,09	0,23
Концентрация	0,13	0,08	-0,12	0,13	-0,12	0,01	0,00	0,13	0,25*	0,09
Приобретение информации	-0,18	-0,07	-0,28*	-0,20	-0,28*	-0,20	-0,07	-0,02	-0,11	-
Выбор главных идей	-0,15	-0,22	-0,24	-0,15	-0,24	-0,20	-0,11	-0,14	0,09	0,28*
Управление временем	0,01	0,00	-0,20	0,01	-0,20	-0,12	0,03	0,06	0,16	-0,21

Примечание: «*» – $p < 0,05$, «**» – $p < 0,01$.

На основе таблицы можно заключить, что концентрация положительно коррелирует с таким компонентом как теоретические и практические знания (0,25), другими словами, умение управлять собственным вниманием, умение концентрироваться на заданиях, скорее всего, респондентам свойственно уменьшать влияние отвлекающих стимулов на процесс выполнения заданий.

Анализируя таблицу, следует отметить, что приобретение информации отрицательно коррелирует числовыми способностями (-0,28), математическим интеллектом (-0,28), вероятностные решения (-0,28). Таким образом, респондентом не свойственно приобретать и сохранять информацию, использовать опорные материалы. Люди с такими способностями тяжело воспринимают сложные задачи, с затруднениями проводят вычисления.

Выбор главных идей и управление временем не проявляет значимых связей ни с одним компонентом универсального интеллектуального теста. Возможно, это связано с тем, что присутствуют навыки определения ин-

формации, важной для дальнейшего изучения, способности отделить более важное от второстепенного, а также с организацией и распределением собственным временем – тайм-менеджмент.

Таблица 3

*Корреляция показателей универсального интеллектуального теста
и индивидуально-типологического опросника*

Параметры	Вербальный интеллект	Графический интеллект	Числовые способности	Лингвистический интеллект	Математический интеллект	Логическое мышление	Эффективность памяти	Образное конструирование	Теоретические и практические знания	Вероятностные решения
Шкала лжи	-0,17	0,08	0,04	-0,01	0,04	-0,18	-0,17	-0,01	-0,10	0,10
Агравация	-0,18	-0,18	0,02	-0,05	0,02	-0,26*	-0,16	-0,20	0,14	-0,01
Экстраверсия	-0,12	-0,06	-0,23	-0,34**	-0,23	-0,05	0,08	-0,02	-0,08	-0,21
Спонтанность	-0,10	0,01	-0,08	-0,08	-0,08	-0,11	-0,04	0,11	-0,03	-0,10
Агрессивность	-0,13	0,09	-0,19	-0,14	-0,19	-0,20	-0,09	0,17	0,12	-0,14
Ригидность	-0,03	0,12	0,07	-0,01	0,07	-0,07	-0,08	0,20	0,02	0,03
Интроверсия	0,19	-0,03	0,20	0,18	0,20	0,18	0,19	-0,10	-0,01	0,04
Сензитивность	0,03	0,07	-0,07	-0,16	-0,07	0,00	0,24	0,12	-0,19	-0,20
Тревожность	-0,14	-0,12	-0,06	-0,25*	-0,06	-0,04	0,07	-0,12	-0,19	-0,24
Лабильность	-0,19	-0,14	-0,22	-0,31**	-0,22	-0,18	0,11	-0,12	-0,30**	-0,22

Примечание: «*» – $p < 0,05$, «**» – $p < 0,01$.

На основе результатов, представленных в таблице 3, можно заключить, что агривация отрицательно коррелирует с таким компонентом как логическим мышлением (-0,26), что, скорее всего, говорит о том, что респонденты не придают особого значения имеющимся проблемам, не вникают в подробности и не стараются быстрее найти решение.

Анализируя таблицу, следует отметить, что экстраверсия отрицательно коррелирует с лингвистическим интеллектом (-0,34). Таким образом, респондентам не характерна открытость и общительность, а свойственна замкнутость, например, в общение.

Спонтанность, агрессивность, ригидность, интроверсия не проявляет значимых связей ни с одним компонентом универсального интеллектуального теста. Возможно, это связано с непродуманность в высказываниях и поступках, с упрямством и своеволие и отстаиванием своих интересов, с повышенным стремлением отстаивать свои взгляды и принципы, с возможным уходом в мир иллюзий. Обследуемые склоны к рефлексии, к направлению внимания на деятельность собственной души, к осмыслению субъектом того, какими средствами и почему он произвел то или иное впечатление на партнера по общению [8]. Тревожность отрицательно кор-

релирует с лингвистическим интеллектом (-0,25), что, скорее всего, может быть, связано решительностью в принятии решения, с некой общительностью, с возможностью пассивного отношения к другому человеку, с умением убедить и заинтересовать человека.

Анализируя таблицу, следует отметить, что лабильность имеет отрицательную корреляцию с такими шкалами как лингвистический интеллект (-0,31) и теоретические и практические знания (-0,30). Таким образом, респондента свойственна изменчивость настроения, в некоторых ситуациях они у них снижается контроль над своими чувствами и эмоциями.

Выводы. В результате корреляционного анализа показателей универсального интеллектуального теста и формально-динамических свойств индивидуальности были выявлены следующие значимые положительные связи: эргичность психомоторная и образное конструирование (0,25), эргичность интеллектуальная и лингвистический интеллект (0,30), пластичность интеллектуальная и вербальный интеллект (0,31), а также теоретические и практические знания (0,35), эмоциональность психомоторная и образное конструирование (0,29). Были выявлены следующие значимые корреляции между показателями универсального интеллектуального теста и индивидуально-типологического опросника: аггравация и логическое мышление (-0,26), экстраверсия и лингвистический интеллект (-0,34), тревожность и лингвистический интеллект (-0,25), а также лабильность и лингвистические интеллект (-0,31) и теоретические и практические знания (-0,30).

Список литературы

1. Ackerman, P. L. The Search for Personality–Intelligence Relations: Methodological and Conceptual Issues / P. L. Ackerman // J. Intell. – 2018. – № 6:2. – doi: 10.3390/jintelligence6010002.
2. Beauducel, A. The Impact of Different Measurement Models for Fluid and Crystallized Intelligence on the Correlation with Personality Traits / A. Beauducel, D. Liepmann, J. Felfe, W. Nettelstroth // Eur. J. Psychol. Assess. – 2007. – № 23. – P. 71-78. – doi: 10.1027/1015-5759.23.2.71.
3. DeYoung, C. G. Higher-order factors of the Big Five predict conformity: Are there neuroses of health? / C. G. DeYoung, J. B. Peterson, D. M. Higgins // Personal. Individ. Differ. – 2002. – № 33. – P. 533-552. – doi: 10.1016/S0191-8869(01)00171-4.
4. Digman, J. M. Higher-order factors of the Big Five / J. M. Digman // J. Personal. Soc. Psychol. – 1997. – № 73. – P. 1246-1256. – doi: 10.1037/0022-3514.73.6.1246.
5. Goff, M. Personality-intelligence relations: Assessment of typical intellectual engagement / M. Goff, P. L. Ackerman // J. Educ. Psychol. – 1992. – № 84. – P. 537-552. – doi: 10.1037/0022-0663.84.4.537.
6. Jäger, A. O. Mehrmodale Klassifikation von Intelligenzleistungen: Experimentell kontrollierte Weiterentwicklung eines deskriptiven Intelligenzstrukturmodells [Multimodal classifications of intelligence performance: Experimentally controlled development of a descriptive model of intelligence] / A. O. Jäger // Diagnostica. – 1982. – № 28. – P. 195-225.
7. Musek, J. The General Factor of Personality: Ten Years After / J. Musek // Psychol. Teme. – 2017. – № 26. – P. 61-87.

8. Reeve, C. L. Intelligence–personality associations reconsidered: The importance of distinguishing between general and narrow dimensions of intelligence / C. L. Reeve, R. D. Meyer, S. Bonaccio // *Intelligence*. – 2006. – № 34. – P. 387-402. – doi: 10.1016/j.intell.2005.11.001.
9. Süß, H.-M. Modeling the construct validity of the Berlin Intelligence Structure Model / H.-M. Süß, A. Beauducel // *Estud. Psicol. (Campinas)*. – 2015. – № 32. – P. 13-25. – doi: 10.1590/0103-166X2015000100002.
10. Ziegler, M. Modeling Socially Desirable Responding and Its Effects / M. Ziegler, M. Bühner // *Educ. Psychol. Meas.* – 2009. – № 69. – P. 548-565. – doi: 10.1177/0013164408324469.

Андреев Павел Владимирович,

кандидат психологических наук, доцент, Балашовский институт (филиал) Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского, г. Балашов, Россия

Завгородняя Марина Алексеевна,

студент, Балашовский институт (филиал) Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского, г. Балашов, Россия

РОЛЬ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. Проблема учебной мотивации обучающихся младшего школьного возраста, рассматривается в контексте роли социального интеллекта в трудах зарубежных и отечественных ученых, определяются мотивы учебной деятельности школьников. Анализируется взаимосвязь социального интеллекта и учебной мотивации в процессе обучения младших школьников.

Ключевые слова: социальный интеллект; учебная мотивация; начальная школа; младшие школьники; учебно-воспитательный процесс; эмоциональное благополучие.

Andreev Pavel Vladimirovich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

Zavgorodnyaya Marina Alekseevna,

Student, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

ROLE OF SOCIAL INTELLIGENCE IN LEARNING MOTIVATION OF STUDENTS OF YOUNG SCHOOL AGE

Abstract. The problem of educational motivation of students of primary school age is considered in the context of the role of social intelligence in the works of foreign and domestic scientists, the motives of the educational activity of schoolchildren are determined. The article analyzes the relationship between social intelligence and learning motivation in the learning process of primary schoolchildren.

Keywords: social intelligence; educational motivation; primary school; junior schoolchildren; educational process; emotional well-being.

В настоящее время одним из наиболее важных аспектов психологии является влияние социального интеллекта на учебную мотивацию младших школьников. Следует отметить, что само понятие социального интеллекта относительно новое для современной психологической науки. Понятие социальный интеллект трактуется, как способность правильно понимать поведение других людей. Такая способность необходима не только для эффективного межличностного взаимодействия во время обучения, но и самое

главное, для успешной социальной адаптации в школе. Формирование мотивации учения лежит на «стыке» как обучения, так и воспитания, а также является важнейшим аспектом современного обучения в целом. Активная мотивационная позиция у обучающихся позволяет им достигать высоких результатов в учебе, своевременно реализовывать актуальные задачи, нивелировать возможности временных задержек при достижении желаемых целей [2, с. 5]. Кроме того, выраженная мотивационная составляющая позволяет взрослеющей личности успешно взаимодействовать в коллективе сверстников, иметь позитивный тонус социального самочувствия [3, с. 7].

Учебная мотивация, как и любой другой ее вид деятельности, системна. В свою очередь, она характеризуется направленностью, устойчивостью и динамичностью. Так, в работах Л. И. Божович, в материалах исследования учебной деятельности школьников отмечается, что она побуждается, прежде всего, иерархией мотивов, в которой доминирующими могут быть либо внутренние мотивы, связанные с содержанием этой деятельности и ее выполнением. По мнению А. К. Марковой, мотивация учения складывается из многих, изменяющихся и вступающих в новые отношения друг с другом сторон как общественные идеалы, смысл учения для школьника, так и его мотивы, цели, эмоции, интересы и другое.

В свою очередь, термин «социальный интеллект» был введен в науку еще в 1920 г. Э. Торндайком. Автор определил в своем исследовании три вида интеллекта, а именно: механический, абстрактный и социальный. Так, Д. Гоулман, в своем исследовании выделяет в структуре социального интеллекта две основные категории: социальную осведомленность и социальные объекты. Социальный объект, в его понимании, выступает то, что человек должен сделать со своим осознанием. Социальный интеллект реализуется через познавательные процессы личности, которые в свою очередь, напрямую связаны с мотивацией.

Исходя из теоретического анализа проблемы исследования, мы эмпирически изучили роль социального интеллекта в учебной мотивации младших школьников. С помощью методики исследования социального интеллекта (Дж. Гилфорд, М. Салливан), методики типологии мотивов учения «Лесенка побуждений» (А. И. Божович, И. К. Маркова), методики «Диагностики структуры учебной мотивации школьника» была рассмотрена роль социального интеллекта в учебной мотивации младших школьников. В эксперименте приняли участие 40 человек, в возрасте 10 лет.

Результаты исследования были распределены по уровням социального интеллекта: «низкий» – 2 человек (5%), при низком уровне социального интеллекта испытуемый может испытывать трудности в понимании и прогнозировании поведения людей, что уже значительно усложняет взаимоотношения и снижает возможности социальной адаптации. При этом низкий уровень развития социального интеллекта может в определенной степени компенсироваться другими психологическими характеристиками

(например, развитой эмпатией, некоторыми чертами характера, коммуникативными навыками); «среднеслабый» – 12 человек (30%), т. е. у испытуемых социальный интеллект чуть ниже среднего, но при этом отсутствует тенденция к низкому значению; «средневыборочная норма» – 16 человек (40%), т. е. у испытуемых средний уровень развития социального интеллекта, такие ученики со среднеразвитым социальным интеллектом обычно имеют значительно выраженный интерес к познанию себя и развитую способность к рефлексии; «среднесильный» – 6 человек (15%), т. е. уровень развития социального интеллекта у испытуемых выше среднего, такие люди чаще всего, бывают более успешными коммуникаторами, они уже склонны понимать поведения и реакции других людей; «высокий» – у 4-х человек (10%), т. е. у этих испытуемых высоко развит социальный интеллект, они способны извлекать максимум информации о поведении других людей, понимать язык невербального общения, высказывать быстрые и точные суждения о людях, успешно прогнозировать их реакции в заданных обстоятельствах, проявлять дальновидность в отношениях с другими. Чаще всего таким людям свойственны такие характеристики как: контактность, открытость, тактичность, доброжелательность и сердечность, тенденция к психологической близости в общении.

С помощью методики «Лесенка побуждений» А. И. Божовича, И. К. Марковой было установлено, что у 12 человек (30%), имеется познавательный мотив, побуждающий к учебной деятельности, т.е. в данном случае, эти школьники ориентированы на овладение новыми знаниями, явлениями, закономерностями, приемами самостоятельного приобретения знаний и так далее; у 10 человек (25%), присутствует социальный мотив, побуждающий их к учебной деятельности, т. е. для этих школьников значим именно процесс получения оценки, с целью удовлетворения хорошими отметками как учителя, своих родителей, так и получение уважения со стороны своих одноклассников; при этом у 18 человек (45%), обнаруживается гармоничное сочетание мотивов, побуждающих к учебной деятельности, следует сделать вывод, что у школьников в одинаковой степени присутствует как стремление к процессу получению новых знаний, так и оценка их обучения со стороны значимого окружения (т. е. родители, учитель, одноклассники).

По методики «Диагностика структуры учебной мотивации школьников» М.В.Матюхиной было выявлено: что у 6 человек (15%), присутствуют познавательные мотивы, они связаны с содержанием учебной деятельности и процессом ее выполнения, т. е. чаще всего такие ученики стремятся овладеть новыми знаниями, учебными навыками, умеют выделять интересные факты, явления, проявляют интерес к свойствам явлений и закономерностям в учебном материале; у 4 человек (10%), имеются коммуникативные мотивы, состоящие в стремлении, прежде всего, занять определенную позицию, место в отношениях с окружающими, а также получить их одобрение, заслужить у них авторитет; у 2-х школьников (5%) наблю-

дается эмоциональный мотив, т. е., в данном случае, ученик осознает социальную необходимость и стремится получать знания, чтобы быть полезным обществу, также он желает выполнить свой долг и чувствует некую ответственность; у 6 человек (15%) присутствует мотив саморазвития, т. е. эти школьники главным образом, стремятся к саморазвитию и самосовершенствованию; у 10 человек (25%) имеется явная позиция школьника, т. е. данные ученики ориентированы на усвоение способов добывания знаний, интересуются приемами самостоятельного приобретения знаний, умеют рационально организовывать свою учебную деятельность; также у 10 человек (25%) имеется мотив достижения, т. е. эти ученики мотивированны на достижение успеха в обучении, поэтому они обычно ставят перед собой некоторую позитивную цель, после, активно включаются в ее реализацию, а также выбирают средства, направленные на достижение этой цели; только у 2-х человек (5%), выявился внешний мотив (поощрения, наказания), т. е. для этого ученика мотивы учения проявляются тогда, когда деятельность осуществляется в силу долга, обязанности, ради достижения определенного положения среди сверстников, из-за давления окружающих или же он выполняет задание, чтобы получить хорошую отметку и т. п.

С помощью корреляционного анализа Спирмена, мы установили взаимосвязь социального интеллекта и учебной мотивации младших школьников. Было установлено, что чем выше уровень социального интеллекта, тем выше мотив саморазвития, мотив достижения ($r_s=0,686$, при $p\leq 0,01$, $r_s=0,598$, при $p\leq 0,01$). Т. е., проявляя коммуникабельность, адаптированность в обществе, обучающиеся стремятся к высоким результатам как в личностном плане, так и в учебной деятельности.

Таким образом, исследование данной проблемы показало, что социальный интеллект необходим личности для успешной адаптации и саморазвития. Чем раньше он будет проявляться на высоком уровне, тем эффективнее будет осуществляться развитие обучающихся в целом.

Поэтому педагоги, психологи, родители должны учитывать роль социального интеллекта в развитии личности детей и создавать условия благоприятного и эффективного процесса формирования личности ребенка. Исходя из этого, детям будет проще адаптироваться как в учебном процессе, так и в социуме в целом, они смогут гармонично «входить» в свою дальнейшую взрослую жизнь.

Список литературы

1. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте : пособие для высших учеб. заведений / Л. И. Божович. – СПб. : Питер, 2008. – 400 с.
2. Карина, О. В. Проблема прокрастинации в массовом сознании молодого поколения / О. В. Карина // Актуальные проблемы исследования массового сознания : материалы 2-й Международной научно-практической конференции / отв. ред. В. В. Константинов ; Пензенский государственный университет. – 2015. – С. 315-322.

3. Киселева, М. А. Социальное самочувствие личности в контексте проблемы прокрастинации / М. А. Киселева, О. В. Карина, Н. Е. Шустова // Научный вестник МГИИТ. – 2015. – № 3 (35). – С. 30-33.
4. Маркова, А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте : учеб пособие для вузов / А. К. Маркова. – М. : Просвещение, 2008. – 380 с.
5. Лученкова, М. А. От прокрастинации к реализации жизненных целей : монография / М. А. Лученкова. – Саратов : Саратовский источник, 2016. – 124 с.
6. Торндайк, Э. Л. Социальный интеллект : пособие для высших учеб. заведений / Э. Л. Торндайк. – М. : Просвещение, 1920. – 567 с.
7. Шустова, Н. Е. Социальная мимикрия как адаптивный способ взаимодействия личности с социумом в неблагоприятных условиях / Н. Е. Шустова, М. А. Киселева, О. В. Карина // Научный вестник МГИИТ. – 2015. – № 4 (36). – С. 66-69.

Панова Татьяна Вячеславовна,

кандидат психологических наук, доцент, Пензенский государственный университет, г. Пенза, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ МЕДИЦИНСКОГО РАБОТНИКА

Аннотация. В статье представлено исследование психологического здоровья медицинских работников. Изучены психологические составляющие психологического здоровья и психологического благополучия врачей, такие как: удовлетворенность жизнью, просоциальная активность, ориентация на цель, интеллектуальное развитие, физическое и семейное благополучие, социальная фрустрированность.

Ключевые слова: клиническая психология; медицинская психология; психология здоровья; медицинские работники; профилактические мероприятия.

Panova Tatiana Vyacheslavovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Penza State University, Penza, Russia

PSYCHOLOGICAL HEALTH OF A MEDICAL WORKER

Abstract. The article presents a study of the psychological health of medical workers. The psychological components of the psychological health and psychological well-being of doctors, such as: life satisfaction, prosocial activity, goal orientation, intellectual development, physical and family well-being, social frustration, were studied.

Keywords: clinical psychology; medical psychology; health psychology; medical workers; preventive actions.

Особое значение в медицинской психологии имеют вопросы сохранения и развития гигиены труда и психологического благополучия медицинских работников. Повседневная деятельность врача-специалиста сопровождается негативным воздействием множества вредных факторов, которые могут снижать общий уровень здоровья и способствовать формированию профессиональных заболеваний. Медицинский труд отличается высоким эмоциональным напряжением, связанным с ответственностью за жизнь и здоровье человека, высокой интенсивностью деятельности и частыми перегрузками. Психологические факторы положительно и отрицательно влияют на личность медицинского работника, на сам процесс лечения и диагностики, а также на качество оказываемых медицинских услуг. Вот почему вопросы здоровья и благополучия специалистов здравоохранения являются важными столпами эффективных показателей здоровья. Все больше отечественных и зарубежных авторов указывают на необходимость тщательного изучения психологического благополучия медицинских работников (Н. В. Асланбекова, О. В. Башмакова, В. В. Болучевская, О. Н. Шарова). Такая забота о здоровье людей помогающих профессий вполне оправдана, ведь профессия врача имеет большое социальное значение, так как медицинские работники несут ответственность не только за

физическое здоровье пациента, доверившего им жизнь, но и за его психическое здоровье, его психологическое благополучие и адаптацию в обществе (Т. В. Большакова).

В условиях медицинской профессиональной деятельности личность врача подвергается постоянному давлению со стороны психотравмирующих обстоятельств – высокие психоэмоциональные, умственные и физические перегрузки, всевозрастающая ответственность за здоровье и жизнь пациентов, осознание границ врачебных возможностей, недостаток времени. К ним же присоединяются и социальные фрустрирующие факторы – низкая оплата труда, необеспеченность жильем, психологическое давление администрации лечебных учреждений, нарастание социального напряжения в обществе, продолжающиеся реформы в здравоохранении, которые, в свою очередь, приводят к проблемам собственного здоровья врачей и, соответственно, ведут к ухудшению качества оказываемой медицинской помощи населению, оттоку врачебных кадров из отрасли, падающему престижу профессии (Н. Ф. Измеров, З. А. Ситдиков, М. Г. Сорокина).

Поскольку при ухудшении качества жизни утрачивается трудовая мотивация, являющаяся системостимулирующим фактором всей жизнедеятельности человека (Б. Т. Величковский).

Под психологическим здоровьем, мы вслед за Г. С. Никифоровым и В. А. Ананьевым, понимаем динамическую совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, являющихся предпосылкой ориентации личности на выполнение своей жизненной задачи [1, с. 30]. И также, вслед за И. В. Дубровиной, мы считаем, что психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности [2, с. 19].

Мы придерживаемся концепции Е. А. Сергиенко о том, что психологическое здоровье опирается в значительной степени на внутренние психологические аспекты адаптации личности человека к экологическим факторам, социальным, культурным, что не только позволяет сохранять психологическое равновесие, но и обеспечивает самореализацию и саморазвитие каждого человека. Психологическое здоровье позволяет оценить возможности человека в преодолении различных жизненных трудностей и сохранить свое психологическое благополучие [3, с. 99].

Гипотезой исследования основана на предположении, что психологическое здоровье медицинского работника характеризуется высокими показателями удовлетворенностью жизнью, просоциальной активности, ориентации на цель, интеллектуального развития, физического и семейного благополучия, а также низким уровнем социальной фрустрированности.

В исследовании использовались следующие методики:

1. Экспресс-диагностика уровня психологического здоровья (А. Е. Шилина).

2. Индивидуальная модель психологического здоровья (А. В. Козлов).
3. Общий опросник здоровья (Д. Голберг).
4. Шкала удовлетворенности жизнью (Э. Динер).
5. Методика диагностики социальной фрустрированности Л. И. Васермана (модификация В. В. Бойко).
6. Математический метод обработки данных: t-критерий Стьюдента для изучения различий в уровне исследуемого признака.

Этапы эмпирического исследования:

- 1 этап – теоретический анализ, ориентировка в проблеме исследования, формулировка гипотезы;
- 2 этап – формирование эмпирической выборки исследования, проведение эмпирического исследования (подбор методов, психодиагностика);
- 3 этап – описание и анализ результатов эмпирического исследования, обработка результатов с помощью методов математической статистики и разработка рекомендаций.

Исследование проходило на базе НУЗ «Отделенческая клиническая больница» на ст. Пенза ОАО «РЖД». Всего в исследовании приняло участие 50 человек. На основе результатов методики «Экспресс-диагностики уровня психологического здоровья» мы разделили испытуемых на 2 группы: в первую группу вошли 25 медицинских работников с высоким уровнем психологического здоровья; во вторую группу – 25 медицинских работников с низким и средним уровнями психологического здоровья. Возраст испытуемых от 20 до 40 лет, стаж работы до 5 лет (мы не брали в исследование медицинских работников с большим стажем профессиональной деятельности, чтобы исключить возможность эмоционального выгорания и профессиональной деформации, которые могут негативно влиять на психологическое здоровье).

Для медицинских работников с высоким индексом психологического здоровья в большей степени, чем для медицинских работников с низким и средним индексом психологического здоровья характерно:

- оэитивное самоощущение, принятие себя, отсутствие аутоагрессивных тенденций ($t_{\text{эмп}}=3,7$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (3,7) находится в зоне значимости);
- позитивное восприятие окружающего мира, отсутствие обвинительных позиций и агрессивных тенденций ($t_{\text{эмп}}=4,7$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (4,7) находится в зоне значимости);
- высокий уровень развития рефлексии ($t_{\text{эмп}}=5,6$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (5,6) находится в зоне значимости);
- стремление улучшать качество основных видов деятельности, желание учиться, развиваться ($t_{\text{эмп}}=5,6$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (5,6) находится в зоне значимости);

– успешное прохождение возрастных кризисов и эффективное преодоление стрессов ($t_{\text{эмп}}=5,9$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (5,9) находится в зоне значимости);

– хорошая социальная адаптация, наличие крепких социальных связей ($t_{\text{эмп}}=5,1$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (5,1) находится в зоне значимости);

– потребность в двигательной активности ($t_{\text{эмп}}=4$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (4) находится в зоне значимости);

– потребность в деятельности ($t_{\text{эмп}}=3,3$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (3,3) находится в зоне значимости);

– творческая самореализация ($t_{\text{эмп}}=2,8$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (2,8) находится в зоне значимости);

– наличие мечты и умения мечтать ($t_{\text{эмп}}=3,2$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (3,2) находится в зоне значимости).

Мы можем говорить о том, что медицинским работникам с высоким уровнем психологического здоровья характерно отсутствие психического дискомфорта, в то время как медицинским работником с низким и средним уровнем психологического здоровья характерно наличие психического дискомфорта.

Мы можем сделать вывод о том, что для медицинских работников с высоким уровнем психологического здоровья характерно в большей степени удовлетворенность качеством своей жизнью, чем для медицинских работников с низким и средним уровнем психологического здоровья ($t_{\text{эмп}}=4,8$, $t_{\text{кр}}=2,01$, $p \leq 0,05$ – полученное эмпирическое значение t (4,8) находится в зоне значимости).

Мы делаем вывод о том, что медицинские работники с высоким уровнем психологического здоровья обладают следующими признаками: умением ставить перед собой цели, намечать план действий, иметь запасной план и уверенно относиться к своим действиям – не паниковать, если цель не достигается, а пересматривать свой план действий. Им характерно принятие себя, своих достоинств и недостатков. Они не хотят никому ничего доказывать и соответствовать чужим ожиданиям. Стоит отметить, что и от других они ничего не ожидают и считают, что каждый вправе быть самим собой. Они толеранты к себе и другим. Они направлены на контакты с другими людьми, активны в социальных контактах, эмоционально восприимчивы. Им характерно внимательное отношение к своему здоровью, соблюдение режима дня. Им характерно наличие увлечений и хобби, несущих позитивный характер. Им характерно личностное духовное развитие. Им характерно наличие высоких интеллектуальных способностей. Они направлены на личностное и интеллектуальное развитие. Им характерно в семье наличие психологического комфорта и семейного благополучия. Для них характерна гуманистическая позиция в отношении других людей. Итак, можно сделать вывод о том, что медицинским работникам с высо-

ким индексом показателя психологического здоровья свойственно легко приспосабливаться к изменчивой окружающей среде, новым условиям жизни, к изменениям на рабочем месте.

Мы можем говорить о том, что в группе медицинских работников с высоким уровнем психологического здоровья преобладает пониженный уровень социальной фрустрированности и низкий уровень социальной фрустрированности. В то время как в группе медицинских работников с низким и средним индексом психологического здоровья наблюдается умеренный уровень социальной фрустрированности.

Список литературы

1. Никифоров, Г. С. Психология здоровья / Г. С. Никифоров. – СПб., 2010. – 400 с.
2. Дубровина, И. В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности / И. В. Дубровина // Вестник практической психологии образования. – 2009. – № 3 (20). – С. 17-21.
3. Сергиенко, Е. А. Психологическое здоровье: субъективные факторы / Е. А. Сергиенко // Вестник РРГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». – 2007. – № 5. – С. 98-117.

Чурикова Елена Игоревна,

магистрант, Воронежский государственный университет, г. Воронеж, Россия

Комаровская Елена Петровна,

доктор исторических наук, профессор, Воронежский государственный университет, г. Воронеж, Россия

ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

Аннотация. В данной работе рассматриваются различные точки зрения на понятие «личностная зрелость», оценивается влияние уровня личностной зрелости на профессиональное самоопределение. Приводится описание проведенного исследования по «Методике диагностики личностной зрелости» В. А. Руженкова, В. В. Руженковой, И. С. Лукьянцевой на примере студентов Воронежского промышленно-гуманитарного колледжа. В статье даются рекомендации для сотрудников психологических служб образовательных организаций.

Ключевые слова: профессиональная ориентация; профессиональное самоопределение; личностная зрелость; профориентационное сопровождение; выбор профессии; молодежь; молодежный инфантилизм.

Churikova Elena Igorevna,

Master's Degree Student, Voronezh State University, Voronezh, Russia

Komarovskaya Elena Petrovna,

Doctor of History, Professor, Voronezh State University, Voronezh, Russia

INFLUENCE OF THE LEVEL OF PERSONAL MATURITY ON PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION

Abstract. This paper examines various points of view on the concept of “personal maturity”, assesses the impact of the level of personal maturity on professional self-determination. The article describes the research conducted on the “Methodology for diagnosing personal maturity” by V. A. Ruzhenkov, V. V. Ruzhenkova and I. S. Lukyantseva on the example of students of the Voronezh Industrial and Humanitarian College. The article provides recommendations for employees of psychological services of educational organizations.

Keywords: vocational guidance; professional self-determination; personal maturity; vocational guidance; choice of profession; the youth; youth infantilism.

Профессиональное самоопределение – «самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выбираемой или уже выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной социально-экономической ситуации, а также нахождение смысла в самом процессе самоопределения» [6, с. 78].

Подростковый период нередко рассматривается психологами как начальная точка в развитии как личностного, так и профессионального самоопределения. Психологическая готовность к самоопределению свиде-

тельствует об определённой степени зрелости личности, так как обеспечивает ее внутреннее равновесие и сохранение психологического здоровья.

Необходимо обратить внимание на несовпадение возрастной и личностной периодизации развития человека. По мнению Б. Г. Ананьева, несовпадение этих периодизаций обусловлено неравномерностью и разновременностью процесса развития человека. [2, с. 89-94]. Следовательно, проблема определения психологического статуса взрослого человека и уровня его личностной зрелости является актуальной.

Личностно зрелый человек может эффективно решать стоящие перед ним жизненные задачи, грамотно выстраивать свои цели и находить пути их достижения.

Большинство учёных отмечают сложность понятия личностная зрелость, поэтому существуют различные определения данного термина.

В психологической литературе выделяют два подхода к пониманию термина «зрелость личности»: 1) этап жизни; 2) уровень развития. В нашей работе мы используем данный термин в значении «уровень развития».

К. А. Абульханова-Славская утверждает, что человек, который может предвидеть и прогнозировать своё будущее, прогнозировать его, а также готов к будущему в настоящем, обладает высоким уровнем личностной зрелости [1, с. 33].

Д. А. Леонтьев отмечает, что зрелую личности характеризует умение воплощать в действительность свою жизненную стратегию, «а не колебаться под ветрами стимулов».

С точки зрения Э. Эриксона, зрелой личности присущи следующие характеристики: во-первых, индивидуальность, во-вторых, самостоятельность и, в-третьих, интериоризация в процессе социализации норм общества и ценностей.

П. Я. Гальперин считает ответственность человека за свои поступки главным критерием личностной зрелости [3, с. 118].

Е. П. Ильин утверждает, что высокий уровень личностной зрелости – это готовность к творческой активности и максимальному включению в жизнь, умение самостоятельно определить движение своего жизненного пути. В качестве критериев зрелости учёный определяет рефлекссию, способность добиваться поставленных целей и прогнозировать последствия своих действий, а также умение нести ответственность за свои поступки [4, с. 9-11].

Р. Р. Калинина, обобщая все имеющиеся точки зрения, отмечает, что личностная зрелость представляет собой сложное образование, включающее в себя такие качества, как ответственность, самостоятельность, креативность, эмпатийность, терпимость, уверенность в себе, рефлексивность [5, с. 71].

Таким образом, можно сказать, что личностная зрелость помогает человеку эффективно решать жизненные задачи. Она характеризует лич-

ность взрослого человека как целостную и динамичную систему, которая развивается неравномерно и гетерохронно.

Первый профессиональный выбор человеку необходимо сделать в подростковом возрасте, что довольно часто является сложной задачей. Ведь неслучайно Л. С. Выготский говорил, что «в структуре личности подростка нет ничего устойчивого, окончательного, неподвижного». Весь подростковый возраст является кризисным. Подростка уже нельзя назвать ребёнком, но ещё нельзя назвать взрослым. Социальная ситуация развития детства внутри уже разрушилась, а формирование новой происходит очень медленно и порой болезненно. Возникновение кризиса обусловлено тем, что подросток готов к изменению социальной ситуации развития, но не хочет этого делать, потому что чувствует свою неготовность к ответственности. И как раз здесь мы приходим к пониманию важности личностной зрелости подростка. Ведь только психологически сформировавшийся человек может объективно оценить себя, свои способности и ценности, а также соотнести их с окружающей действительностью. А после этого правильно выбрать свой жизненный путь, выстроить свою индивидуальную траекторию.

В отечественной психологии накоплен богатый опыт в области теории профессионального самоопределения. Это фундаментальные работы в области профессиональной ориентации и профконсультирования Е. А. Климова, Л. А. Йовайши, С. Н. Чистяковой. Такие ученые, как А. Н. Леонтьев, Л. С. Выготский и С. Л. Рубинштейн, разработали основные положения деятельностиного подхода. Изучением вопросов профессионального выбора и профпригодности занимались многие исследователи, например, В. А. Бодров, Е. М. Борисова, К. М. Гуревич, Е. А. Климов, Л. М. Митина, Н. С. Пряжников и др. Нельзя не назвать имена зарубежных ученых, также занимающихся профессиональным самоопределением: А. Маслоу, Дж. Голланда, Э. Берна, Д. Сьюпера, Э. Гинзберга и др.

Следует отметить тот факт, что, несмотря на высокую степень разработанности вопроса профориентации, проблеме влияния уровня личностной зрелости подростков на профессиональное самоопределение уделено недостаточное внимание.

В настоящее время мы проводим исследовательскую работу по профессиональной ориентации студентов Воронежского государственного промышленно-гуманитарного колледжа (ВГПГК). Здесь обучаются около 2600 студентов как на базе 9 классов, так и на базе 11 классов. Кроме того, в колледже имеется заочное отделение, на котором учатся люди разных возрастов.

Для определения уровня личностной зрелости студентов мы используем «Методику диагностики личностной зрелости» В. А. Руженкова, В. В. Руженковой, И. С. Лукьянцевой [7, с. 65-70]. Авторы выделили 5 базовых показателей: ответственность, терпимость, самоактуализация (само-

развитие), позитивное мышление и самостоятельность. Всё это является составляющими личностной зрелости индивида.

В нашем исследовании на данный момент приняли участие 53 студента, из которых 25 – первокурсники, 28 – учащиеся старших курсов. Выбор респондентов оправдан тем, что студенты первого курса только что сделали свой первый профессиональный выбор, поступив в средне-специальное учреждение. На их примере мы можем посмотреть, насколько они были готовы к такому выбору психологически. А студенты старших курсов в скором времени будут выстраивать дальше свою траекторию – поступать в вуз или идти работать по уже полученной специальности.

После проведенного исследования были получены следующие результаты.

Высокий уровень личностной зрелости, согласно методике В. А. Руженкова, В. В. Руженковой, И. С. Лукьянцевой, отмечается при наборе от 101 до 150 баллов, средний – от 51 до 100, низкий – от 0 до 50.

Согласно полученным данным, выпускники колледжа обладают более высоким уровнем личностной зрелости, чем первокурсники. В таблице «Уровень личностной зрелости» (табл. 1) представлены полученные результаты в процентном соотношении.

Таблица 1

Уровень личностной зрелости (в процентах)

Уровень	Первокурсники	Выпускники
Высокий	8	18
Средний	52	61
Низкий	40	21

Средний балл, полученный студентами:

- 68 среди первокурсников;
- 84 среди выпускников.

Также с помощью используемой методики мы определяем уровень сформированности отдельных параметров: ответственности, терпимости, самоактуализации (саморазвития), позитивного мышления и самостоятельности. Самыми проблемными зонами оказались самостоятельность и саморазвитие. Результаты представлены ниже (табл. 2-6).

Таблица 2

Уровень ответственности (в процентах)

Уровень	Первокурсники	Выпускники
Высокий	8	18
Средний	60	68
Низкий	32	14

Таблица 3

Уровень терпимости (в процентах)

Уровень	Первокурсники	Выпускники
Высокий	4	14
Средний	56	61
Низкий	40	25

Таблица 4

Уровень саморазвития (в процентах)

Уровень	Первокурсники	Выпускники
Высокий	8	18
Средний	52	54
Низкий	40	28

Таблица 5

Уровень позитивного мышления (в процентах)

Уровень	Первокурсники	Выпускники
Высокий	12	26
Средний	56	57
Низкий	32	17

Таблица 6

Уровень самостоятельности (в процентах)

Уровень	Первокурсники	Выпускники
Высокий	8	14
Средний	36	65
Низкий	56	21

Проведенное исследование показало, что большинство студентов первого курса колледжа ещё не обладают высоким уровнем личностной зрелости. Это оказалось предсказуемым, так как в современном мире подростки 16-17 лет являются по сути детьми, ведь неслучайно появляется все больше и больше работ, посвящённых инфантилизму современной молодёжи. Далеко не все первокурсники сделали осознанный и самостоятельный выбор. Проанализировав уровень личностной зрелости старшекурсников, мы видим положительную динамику. Высокий уровень личностной зрелости уже значительно выше: им обладает 18% старшекурсников, в то время как на первом курсе этот показатель составляет лишь 8%. Средний уровень выпускников – 61%, а у первокурсников – 52%. Особенно радует, что низкий уровень остался всего лишь у 21% студентов старших курсов (40% у первокурсников). Это свидетельствует о том, что к окончанию колледжа уровень личностной зрелости заметно возрастает, чему немало способствует студенческая жизнь, первые профессиональные опыты, пусть и в форме «подработки», высококвалифицированная психолого-педагогическая поддержка.

По нашему мнению, для всех студентов очень важным является грамотное профориентационное сопровождение, основанное на комплексном подходе и включающее в себя, как различные тестовые и активизирующие методики, групповые и индивидуальные беседы, так и игровые методики, позволяющие в нестандартной форме осветить вопрос самоопределения. Сотрудники психологической службы учебного заведения обязательно должны уделять внимание повышению уровня личностной зрелости студентов, организуя различные тренинги, направленные на работу с проблемными зонами современных студентов (самопознание, рефлексия, эмоциональный интеллект и др.).

Список литературы

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2010. – 288 с.
3. Гальперин, П. Я. Введение в психологию : учеб. пособие / П. Я. Гальперин. – М. : Книжный дом «Университет», 1999. – 332 с.
4. Ильин, Е. П. Психология взрослости / Е. П. Ильин. – СПб., 2012. – 544 с.
5. Калинина, Р. Р. Проблема личностной зрелости в педагогической деятельности / Р. Р. Калинина // Вестник Псковского государственного университета. – 2010. – № 11. – С. 70-77.
6. Пряжников, Н. С. Теория и практика профессионального самоопределения / Н. С. Пряжников. – М. : МГППИ, 1999. – 108 с.
7. Руженков, В. А. Методика диагностики личностной зрелости / В. А. Руженков, В. В. Руженкова, И. С. Лукьянцева // Актуальные проблемы медицины. – 2016. – № 26. – С. 65-70.
8. Чурикова, Е. И. Профориентационное сопровождение студентов: сущность и задачи / Е. И. Чурикова // Эпистемологические основания современного образования: актуальные вопросы продвижения фундаментального знания в учебный процесс. – М. : Перо, 2020. – С. 726-734.
9. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М. : Дайджест, 1996. – 217 с.

Мартюшева Анна Анатольевна,

магистр психологических наук, психолог, Школа психологии «Марафон 96», г. Екатеринбург, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ОНТОЛОГИЧЕСКИ-АНТРОПОЛОГИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ ЦЕЛОСТНОГО ЧЕЛОВЕКА

Аннотация. В данной статье представлен философско-психологический анализ понятия «психологическое благополучие личности» в связи с проблемой «исполнение экзистенции» в рамках персоналистического экзистенциального направления в психологии. «Личность» рассмотрена как интегрирующий центр в онтологически-антропологической модели целостного Человека. Предложено определение концепта «психологическое благополучие личности» в рамках экзистенциального, онтологически-антропологического подхода.

Ключевые слова: психологическое благополучие; онтологически-антропологические модели; самость; психология личности; исполнение экзистенции; экзистенциальная наполненность.

Martyusheva Anna Anatolyevna,

Master of Psychology, Psychologist, School of Psychology “Marafon 96”, Ekaterinburg, Russia

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE PERSONALITY IN THE CONTEXT OF THE ONTOLOGICAL-ANTHROPOLOGICAL MODEL OF THE HOLISTIC MAN

Abstract. This article presents a philosophical and psychological analysis of the concept of “psychological well-being of the personality” in connection with the problem of “the fulfillment of existence” within the framework of the personalistic existential direction in psychology. The “Personality” is considered as an integrating center in the ontological-anthropological model of the Holistic Man. The definition of the concept of “psychological well-being of the personality” within the framework of an existential, ontological-anthropological approach is proposed.

Keywords: psychological well-being; ontological and anthropological models; self; psychology of Personality; execution of existence; existential fullness.

Актуальный вопрос психологического благополучия изучается представителями различных подходов и направлений в психологии и преломляется через призму методологических оснований, на которые опираются авторы.

На современном этапе развития науки широкое распространение получает экзистенциальное направление, онтологически-антропологический подход к проблеме целостного человека (философская концепция онтологической антропологии Ю. М. Федорова; культурно-историческая концепция Л. С. Выготского; персоналистический экзистенциальный анализ В. Франкла, А. Лэнгле, в основе которого идеи русского персонализма и экзистенци-

ализма Н. А. Бердяева, Л. Шестова, П. Флоренского, работы С. Кьеркегора, трансцендентальная феноменология Э. Гуссерля, философская антропология и аксиология М. Шелера, фундаментальная онтология М. Хайдеггера).

Интерес к данному направлению, в центре которого темы высших смыслов, человеческого способа существования, обусловлен наличием потенциала в решении актуальных задач современной ситуации «социокультурного кризиса» (О. М. Штомпель) [29], обусловленного рассогласованием культурных и социальных норм, вытеснением духовно-нравственных ценностей, что приводит к потере жизненных ориентиров, «утрате культурной аутентичности человека» (Н. Я. Большунова) [2].

В традициях персоналистического экзистенциально-аналитического подхода (В. Франкл, А. Лэнгле и др.) «психологическое благополучие личности» сопряжено с понятиями «исполнение экзистенции» и «экзистенциальная наполненность» [4; 18].

Согласно представлениям В. Франкла, основателя логотерапии, основу душевного благополучия человека составляет осуществление экзистенциального смысла, который потенциально включен в напряженную полярную область «ноодинамики», полюсами которой выступают смысл, подлежащий осуществлению и человек, который должен его осуществить. Стремление обнаружить и реализовать смысл («воля к смыслу») в собственной жизни является первичной мотивирующей силой человека [24].

Термин «экзистенциальный» в логотерапии В. Франкла применяется для обозначения специфически человеческого способа существования, который включает понятия «смысл существования» и «воля к смыслу» (стремление к поиску конкретного смысла личного существования человека) [24].

В. Франкл выделял индивидуальные, уникальные смыслы и смысловые универсалии («ценности»), относимые к типичным ситуациям, разделяемые множеством людей, транслируемые культурой. Уникальный смысл, заключенный в каждой конкретной ситуации, адресованный конкретному человеку, В. Франкл обозначил «требование момента», «призыв ситуации». Общепринятые культурные ценности и их иерархия являются опорой в ситуации выбора. Однако, в эпоху перемен, в условиях социальной нестабильности, на фоне смены системы культурных ценностей и социальных норм, значимость универсальных ценностей утрачивается [16].

Дефицит универсальных ценностей приводит к психосоциальному явлению аномии, разрушающего чувство принадлежности человека к обществу, являющегося основой экзистенциальных потребностей человека в объединении людей, в ощущении исторических корней, в ценностных ориентациях, в идентификации личности (Э. Фромм) [27]. Экзистенциальная депривация, отсутствие достаточных возможностей и условий удовлетворения базовых экзистенциальных потребностей, порождает «экзистенциальный вакуум» как психологический феномен, включающий чувства одиночества, скуки, тревоги, бесцельности, бессмысленности, отчуждения и пустоты.

Феномен «исполнение экзистенции» отражает онтологически-антропологическую природу человека [14; 17]. Человек целостный выступает как сложная открытая самодетерминирующаяся самоорганизующаяся саморазвивающаяся онтологически-антропологическая система, антропологическими структурными составляющими которой выступают «Самость», «Личность», «Индивидуальность»; онтически-онтологическими уровнями выступают «Сущее» и «Бытие» (в терминах М. Хайдеггера), составляющие диалектическое единство. «Сущее» (онтический план) – наличное, предметно-чувственное, эмпирическое измерение; «Бытие» (онтологический план) – непредметное, смысловое (ноэтическое), феноменологическое, трансцендентное измерение, «жизненный мир» (в терминах Э. Гуссерля).

Человек как онтологически-антропологическая система различными уровнями своей целостности существует и в эмпирическом, и в трансцендентном измерениях:

- онтический план (эмпирическое измерение): антропологическая структура «Самость» (наличное Я, психофизическое измерение (согласно антропологической модели В. Франкла, А. Лэнгле), «эмпирическое Я», познаваемый объект (по У. Джеймсу);

- онтологический план (трансцендентное измерение): антропологическая структура «Индивидуальность» (духовное Я, духовно-ноэтическое измерение Person, антропологическая основа исполнения экзистенции, обретения смыслов (в терминах А. Лэнгле), трансцендентальное Ego (в терминах Э. Гуссерля – субстанция, универсум возможных смыслов).

«Личность», «Я-Личность» (С. Кьеркегор), «Я» (А. Лэнгле), «Я-центр» (Д. А. Леонтьев) как антропологическая структура выступает «Местом Встречи» и в антропологическом, и в онтологическом плане. В антропологическом плане «Личность» как деятельный, управляющий центр обеспечивает рефлексивный механизм саморегуляции, организует «Самость», осуществляет управление витальными силами и интеграцию антропологических структур «Самость» и «Индивидуальность»; в онтологическом плане «Личность» как «Da-sein», «Просвет Бытия», пространственно-временное «место, вмещающее смысл бытия» (в терминах М. Хайдеггера) является потенциальной точкой «выхода» из онтического в онтологический план, на территорию «жизненного мира» (в терминах Э. Гуссерля), диалогического intersubjectивного смыслового поля-пространства, где возможно осуществление процессов трансценденции – экзистенции, актуализация экзистенциального смысла [13; 14; 18; 19].

Схематично онтологически-антропологическая модель целостного Человека изображена на рисунке 1.

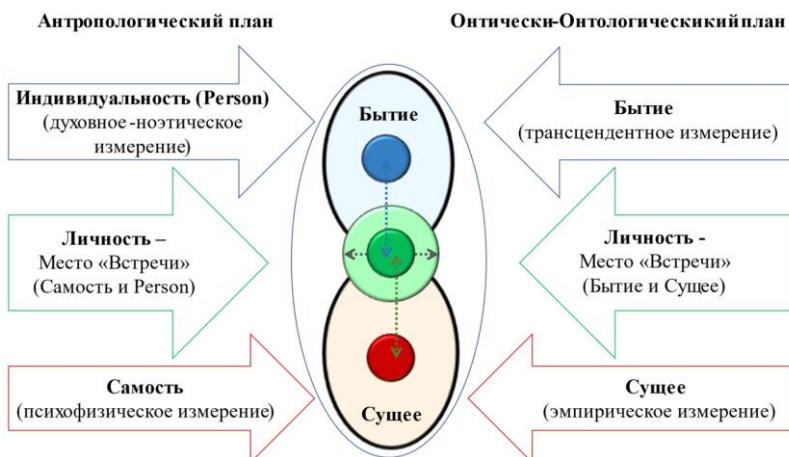


Рис. 1. Онтологически-антропологическая модель целостного Человека

«Индивидуальность» (Person) осуществляет себя посредством витальной силы психофизического измерения «Самость» через управляющую структуру «Личность» («Я-центр») [14, с. 378].

Центральная структура «Личность» со структурой «Самость» соотносятся гносеологически: «Личность» – субъектная рефлексивная позиция, «Я-центр» (Д. А. Леонтьев), «Я-познающее» (У. Джеймс), «Я наблюдатель» (А. Дейкман), «Я» (А. Лэнгле); «Самость» – объектная нерефлексивная позиция, «Я познаваемое» (У. Джеймс), «Я наблюдаемое» (А. Дейкман), «наивное Я», «эмпирическое Я», «психофизическое Я» (А. Лэнгле).

В работах Э. Гуссерля субъектная и объектные позиции представлены в понятиях «естественная установка» и «феноменологическая установка». В «естественной установке» – наивной нерефлексивной объектной позиции сознается «естественная действительность» [8, с. 103, 104, 105], наличный мир, эмпирическое содержание внешнего и внутреннего мира; человек ориентирован на «Самость». В «феноменологической установке» – рефлексивной субъектной позиции [8, с. 154] фокус внимания смещается к структуре «Личность» («Я-центр»), появляется условие для возможности осознанного взаимодействия со структурой Person (Индивидуальность), осознания бытийного смысла, «жизненного мира». Переход к феноменологической установке осуществляется посредством метода феноменологической редукции («метод выведения за скобки» эмпирического содержания внешнего и внутреннего мира «Самости» [8, с. 96, 100, 101, 176].

Согласно представлениям Э. Гуссерля, в «естественной установке» (наивной нерефлексивной объектной позиции) «жизненный мир», как и трансцендентальное Его (Индивидуальность), скрыты, так как сознание человека ориентировано на эмпирическое содержание внешнего и внут-

ренного мира «Самости», но могут быть проявлены в рефлексивной субъектной позиции «феноменологической установки».

Возможность перехода от естественной к феноменологической установке в подходе В. Франкла, А. Лэнгле выражена в понятии «самодистанцирование»: способность человека самодистанцироваться от психофизического измерения «Самость» к субъектной рефлексивной позиции «Личность» («Я-центр»). Рефлексивная дистанция позволяет охватывать вниманием оба полюса одновременно [14].

В отношении субъектного и объектного полюса С. Кьеркегор выделяет два пути рефлексии: объективную и субъективную. Объективная рефлексия не имеет отношения к экзистирующей субъективности [10, с. 151, 225]. Путь объективной рефлексии приводит к исчезновению экзистенции: как только появляется объективность, экзистирующая субъективность уходит [10, с. 225]. Субъективная рефлексия, стремясь быть рефлексией истины, направлена к экзистирующему субъекту. По достижении субъектного полюса объективное исчезает.

Согласно представлениям С. Кьеркегора, для человека возможно охватывать оба полюса – и полюс экзистирующего субъекта и полюс мыслящего объекта, пребывая в состоянии «страсти» (высшая точка экзистенции) [10, с. 230]. Высшая страсть в человеке, в понимании С. Кьеркегора, – «Вера» как отношение к соотношению конечного и бесконечного; «интерес» как среда, где происходит движение экзистенции («inter-esse» (лат.) – «интерес», но и: «бытие между»). Человек, удерживая и конечное, и бесконечное силой Веры, интереса, позволяя раскрыться экзистенции, становится самим собой, «Я-Личностью» [12, с. 95; 10, с. 230, 337, 341].

Рефлексия как многоуровневый феномен представлен на рисунке 2.

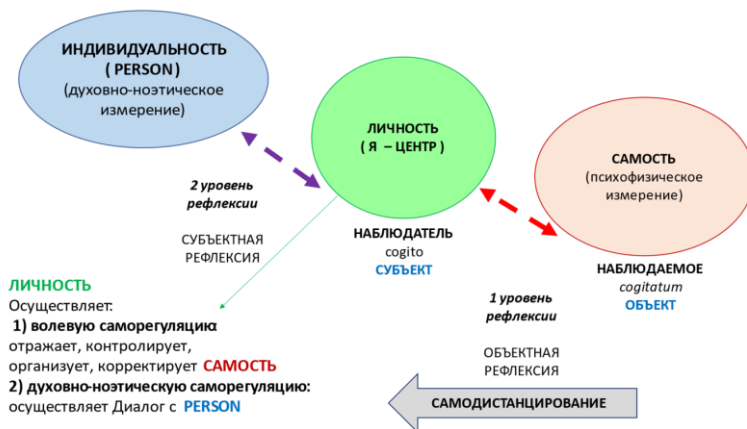


Рис. 2. Рефлексия как многоуровневый феномен

По мнению С. Кьеркегора, «Я-Личность» как нечто третье появляется в результате достижения синтеза конечного и бесконечного (составляющих диалектическое единство), осознанного «экзистенциального выбора» («или-или») в пользу «Я-Духа». Такой человек С. Кьеркегором определяется как «Единичный».

Обретение человеком статуса «Я-Личность», «Единичный», согласно представлениям С. Кьеркегора о трех формах человеческого существования (эстетическая, этическая и религиозная), которые выстроены иерархически в стадии развития человека, является характеристикой этического способа существования (этическое Я), основанного на долге, моральной ответственности перед человечеством («Всеобщим»). В статусе «Я-Личность» человек реализует единство «Всеобщего» и «Единичного» [11, с. 739].

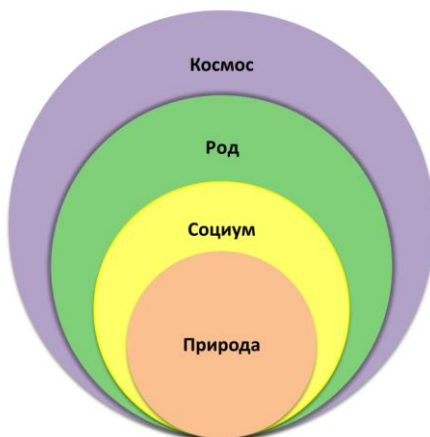
В динамике развития, на стадии религиозного способа человеческого существования (единственно подлинный, согласно С. Кьеркегору), характеризующего человека как «Рыцарь Веры» («Абсолютное Я»), происходит смена доминанты в соотношении «Единичное» – «Всеобщее»: укрепившись в статусе «Единичного», человек начинает превосходить «Всеобщее» после того, как в качестве «Единичного» был подчинен «Всеобщему», поскольку теперь определяет свое отношение ко «Всеобщему» с позиции своего отношения к Абсолюту.

Понятие «исполнение экзистенции» подразумевает осуществление Бытия-Person (Person-Sein): в антропологическом плане – актуализацию потенциала Person; в онтологическом плане – актуализацию экзистенциального смысла в диалогическом интерперсональном смысловом пространстве и ответственное воплощение его в жизнь [14; 16; 18].

Согласно онтологически-антропологического подхода, особенность способа существования человека как экзистирующего существа, и вместе с тем смысл человеческого существования, заключается в сохранении связей между измерениями и в антропологическом, и в онтологическом плане.

Согласно философской концепции онтологической антропологии Ю. М. Федорова, экзистенция человека онтологически многоуровневая. Человек одновременно существует в иерархии «онтологических слоев» Мироздания или систем Единого Универсума (Космос – Род – Социум – Природа). Каждый «онтологический уровень» (Универсум), как саморазвивающаяся система, воспроизводится посредством «мировоспроизводящих практик» (креация, общение, деятельность и познание), благодаря наличию кодовых программ (семантической системы – системы значений, связанных со знаками) (символы Культа – ценности Культуры – социальные нормы – знание), которые обеспечивают саморегуляцию целостной самоорганизующейся системы [21].

Схематично система Единого Универсума представлена на рисунке 3.



*Рис. 3. Иерархия «онтологических слоев» систем
Единого Универсума (Космос – Род – Социум – Природа)*

Космос. В Космическом Универсуме человек укоренен в качестве бесконечного субъекта, микрокосмоса. Человек выступает как Ноумен. Космологически ориентированное мировоззрение переносит фокус рефлексии с межчеловеческих, межсубъектных отношений на отношения человека к самому себе, то есть на отношения микрокосма (индивидуальное) к макрокосму (универсальное) («тождество Атмана и Брахмана»). Космический универсум – это тотальность непроявленных, свернутых онтологических форм мироздания.

Род – Человеческий Универсум. В Родовом Универсуме человек укоренен в качестве целостного субъекта. Человек выступает как Феномен. Антропоцентристски ориентированное мировоззрение переносит фокус рефлексии с системы отношений «микрокосм-макркосм» на отношения человека с другим человеком, составляющие основу совместного бытия (события), которые по сути своей являются внутренними отношениями Человека к самому Себе как Роду. Функцию вхождения в культуру рода выполняет процесс актуализации человека в другом человеке. Внутренний мир складывается из интериоризации субъектно-субъектных отношений. В Родовом Универсуме человек представляет собой «интериоризованное человечество, а человечество – экстериоризованный антропный человек» [21, с. 87]. «Через других мы становимся самими собой» (Л. С. Выготский) [3, с. 354].

Культура как семантическая система Универсума Род выступает своеобразным генофондом смыслов и программ, из которого человек извлекает смыслы своего родового существования, и порождает новые ценности, выступая субъектом культуротворческого процесса. Интериоризация се-

мантических кодовых программ в процессе общения выступает механизмом воспроизводства человечества (Л. С. Выготский) [14].

Социум. В Социальном Универсуме человек укоренен в качестве нецелостного, частичного субъекта. Субъектом деятельности выступает не целостный человек, а лишь его социальное Я, социальная определенность его личности, его социальная личина, маска. Со-бытие – как особая реальность лежит за пределами социальной сущности человека. Социализация – вхождение индивида в социальную деятельность, для которой характерны субъект-объектные отношения. Социализация – процесс усвоения социально-ролевого репертуара. Отношения человека с обществом регулируются нормами, социальными законоположениями, «правилами игры», которые усваиваются внешним способом путем ролевого научения, интериоризации отношений [21].

Природа. В Природном Универсуме человек как физический человеческий индивид, носитель психофизиологических свойств, укоренен в качестве объекта, наделенного сознанием, представлен своими деперсонифицированными, десоциализированными, витальными формами. Генерализованный «Ид», подчиняется «принципу удовольствия» (в терминах З. Фрейда). В качестве природного существа, «разумного животного» человек утрачивает не только Космическую Сущность, но и Родовую и Социальную Сущности [21].

Согласно концепции Ю. М. Федорова, «нет бытия вне человека, как нет и человека вне бытия» [21, с. 162]. Уровни человеческого бытия соответствуют иерархии онтологических статусов Человека, которая представляет возможность целостно представить этапы становления многомерного мира человека в его ретро- и перспективе. Процесс возвышения мерностей мира человека, связан с преобразованиями в сознании человека [21, с. 10]. Каждый онтологический уровень Единой Системы Универсума коррелирует с антропологическим уровнем этического развития человека.

В отечественной психологии онтологически-антропологический подход реализован в работах Л. С. Выготского. В концепции культурного развития «Личность» представлена как синтез природного и культурного, как динамическая смысловая система, возникающая на определенной исторической стадии в процессе «вращения в культуру», культурно-исторического развития сознательного существа. Л. С. Выготский отмечал рефлексирующую структуру развитого сознания (дифференцированность на «действующее Я» и «рефлексирующее Я») как характеристику «Личности» [3].

Зрелая «Личность» как динамическая смысловая система посредством сознательного взаимодействия с подсистемами Единого Универсума способна актуализировать смыслы соответствующих онтологических слоев (Природа – Социум – Род – Космос). Процесс распаковывания семантического континуума (знания – социальные нормы – ценности Культуры – символы Культа) реализуется через практику «трансценденции – экзистенции».

В соответствии с концепцией Ю. М. Федорова, антропологическая структура «Индивидуальность» (духовное Я, духовно-ноэтическое измерение Person – глубинная духовная сущность человека) как антропологическая основа исполнения экзистенции, обретения смыслов в онтологическом плане соотносится с Универсумом Род.

Согласно онтологически-антропологического подхода, особенность способа существования человека как экзистирующего существа, и вместе с тем смысл человеческого существования, заключается в сохранении связей между измерениями и в антропологическом, и в онтологическом плане.

Понятие «исполнение экзистенции» подразумевает осуществление Бытия-Person (Person-Sein): в антропологическом плане – актуализацию потенциала Person; в онтологическом плане – актуализацию экзистенциального смысла и ответственное воплощение его в жизнь [14; 16; 18].

Феномен «исполнение экзистенции» отражает динамический процесс, это постоянное движение, осуществление. В результате «исполнения экзистенции», осуществления Бытия-Person, человек психологически переживает «наполненность жизни смыслом», глубокое чувство удовлетворения, подлинности и ценности собственной жизни, осуществляемой деятельности, переживание единства и сопричастности к миру, – состояние «экзистенциальной наполненности», психологического благополучия личности.

Выводы. В данной статье представлен философско-психологический анализ понятия «психологическое благополучие личности» в традиции экзистенциального направления в психологии, в контексте проблем «исполнение экзистенции», онтологически-антропологической модели целостного Человека.

В традициях персоналистического экзистенциально-аналитического подхода «психологическое благополучие личности» рассмотрено в связи с понятиями «исполнение экзистенции» и «экзистенциальная наполненность».

«Исполнение экзистенции» как межсистемный феномен, отражает природу целостного Человека как сложной открытой самодетерминирующей самоорганизующейся саморазвивающейся онтологически-антропологической системы.

Развитие целостного Человека предстает как становление многомерного мира человека (в антропологическом плане – интеграция структурных составляющих системы «Самость – Личность – Индивидуальность (Person)»; в онтологическом плане – установление взаимосвязей с онтологическими слоями целостного Универсума («Природа – Социум – Род – Космос»), как закономерное усложнение системной организации сложной целостности в процессах внутрисистемных и межсистемных взаимодействий.

«Личность» как деятельный субъект, управляющий центр системы «Человек» выполняет интегрирующую роль и в антропологическом, и в онтологическом плане.

Понятие «исполнение экзистенции» подразумевает осуществление Бытия-Person (Person-Sein): в антропологическом плане – актуализацию потенциала Person; в онтологическом плане – осуществление экзистенциального смысла. Процесс распаковывания семантического континуума (Природа – Социум – Род – Культура) реализуется через практику «трансценденции – экзистенции».

Необходимыми условиями возможности исполнения экзистенции в контексте заявленной темы данного исследования, можно выделить:

1. Наличие сформированной структуры «Личность» («Я-центр»), являющейся «Местом» выступления в «Просвет Бытия» (М. Хайдеггер), на «территорию» диалогического intersubjectивного смыслового поля-пространства, где возможно осуществление процессов трансценденции – экзистенции, актуализации экзистенциального смысла.

Рефлексивная субъектная позиция «Личность» («Я-центр»), феноменологическая установка, предполагает необходимое самодистанцирование по отношению к психофизическому объектному измерению «Самость». Переход к феноменологической установке осуществляется посредством метода феноменологической редукции («метод выведения за скобки» эмпирического содержания внешнего и внутреннего мира «Самости».

2. Для исполнения экзистенции необходим «экзистенциальный выбор» «Личности» в сторону «Индивидуальности» («Я-Духа») для запроса-вопросания экзистенциального смысла.

3. Достижение психологического состояния Веры (С. Кьеркегор), интереса, экстатического отношения к Истине Бытия (М. Хайдеггер).

4. Степень этического развития, соответствующая уровню субъект-субъектных отношений, характерных для Универсума Род.

5. Достижение интеграции и согласованности антропологических структур «Индивидуальность – Личность – Самость»: «Индивидуальность» (Person) осуществляет себя посредством витальной силы психофизического измерения «Самость» через управляющую структуру «Личность» («Я-центр»).

Интегрированная «Личность» как онтологически-антропологическая структура позволяет человеку различными уровнями своей целостности поэтапно укореняться в соответствующей «онтологической нише» (Природа – Социум – Род – Абсолют) через взаимодействие, актуализацию смыслов каждого из них, что в динамике развития приводит к становлению мерностей многомерного мира человека.

Таким образом, можно определить, что психологическое благополучие личности, в контексте экзистенциального, онтологически-антропологического подхода, – это системное интегральное психологическое состояние глубокого чувства внутреннего удовлетворения, аутентичности и ценности своей жизни, деятельности, переживания единства с миром, обусловленное возможностью актуализации и реализации смыслов

подсистем Единого Универсума (Природа – Социум – Род – Космос), достижимой благодаря внутренней согласованности антропологических структур «Индивидуальность – Личность – Самость».

Результаты данного исследования могут быть использованы для подготовки учебных программ и спецкурсов по ряду психологических дисциплин (психология личности, экзистенциальная психология, психологическое консультирование).

Обозначенные необходимые условия возможности исполнения экзистенции могут служить ориентиром для выбора направления психодиагностических, профилактических мероприятий, определения «мишений» психокоррекционной работы.

Список литературы

1. Берзин, Б. Ю. Психологическое благополучие личности: к вопросу о сущности понятия / Б. Ю. Берзин // Известия Уральского федерального университета. Сер. 1. Проблемы образования, науки и культуры.
2. Большунова, Н. Я. Субъектность как социокультурное явление и квинтэссенция индивидуальности / Н. Я. Большунова // Личность и бытие: субъектный подход : материалы научной конференции, посвященной 75-летию со дня рождения члена корреспондента РАН А.В. Брушлинского, 15-16 октября 2008 г. – М. : Институт психологии РАН, 2008. – С. 90-94.
3. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – М. : Смысл ; Эксмо, 2005. – 1136 с.
4. Гришина, Н. В. Психологическое благополучие в экзистенциальном понимании: эмпирические особенности / Н. В. Гришина // Психологические исследования. – 2016. – Т. 9, № 48.
5. Гуссерль, Э. Кризис европейских наук и трансцендентальная феноменология: Введение в феноменологическую философию / Э. Гуссерль. – СПб. : Наука, 2013. – 494 с.
6. Гуссерль, Э. Логические исследования. Том 2. Часть. 1. Исследования по феноменологии и теории познания / Э. Гуссерль. – М. : Академический проект, 2011. – 576 с.
7. Гуссерль, Э. Избранные работы / Э. Гуссерль. – М. : Издательский дом «Территория будущего», 2005. – С. 7-23.
8. Гуссерль, Э. Идеи к чистой феноменологии и феноменологической философии. Книга 1 / Э. Гуссерль. – М. : Академический Проект, 2009. – 489 с.
9. Кьеркегор, С. Болезнь к смерти / С. Кьеркегор. – 2-е изд. – М. : Академический проект, 2014. – 160 с.
10. Кьеркегор, С. Заключительное ненаучное послесловие к «Философским крохам» / С. Кьеркегор. Минск : И. Логинов, 2005. – 752 с.
11. Кьеркегор, С. Или-или. Фрагменты из жизни / С. Кьеркегор. – СПб. : Изд. Русской Христианской Гуманитарной Академии ; Амфора, 2011. – 823 с.
12. Кьеркегор, С. Страх и трепет / С. Кьеркегор. – М. : Республика, 1993.
13. Леонтьев, Д. А. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции / Д. А. Леонтьев, А. Ж. Аверина // Психологические исследования. – 2011. – № 2 (16).

14. Лэнгле, А. Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика, исследования / А. Лэнгле, Е. М. Уколова, В. Б. Шумский. – М. : Логос, 2014. – 556 с.
15. Лэнгле, А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности / А. Лэнгле. – М. : Генезис, 2009.
16. Мартюшева, А. А. Личность: механизмы согласования в ситуации выбора / А. А. Мартюшева // Личность в ситуации выбора : Всеросс. науч.-прак. конф. с междунар. участием : сб. тез. / Новосиб. гос. ун-т. – Новосибирск : РИНЦ НГУ, 2015. – С. 84-94.
17. Мартюшева, А. А. Онтологически-антропологическая модель целостного человека в контексте проблемы «исполнение экзистенции» / А. А. Мартюшева // Международный научно-практический и методический журнал «СМАЛЬТА». – 2015. – № 6. – С. 82-86.
18. Мартюшева, А. А. Теоретический анализ феномена «исполнение экзистенции» / А. А. Мартюшева // Современные исследования в психологии : международная конференция молодых ученых 22-23 ноября 2017. – М., 2017.
19. Орлов, А. Б. Ноэтическое измерение человека: вклад Виктора Франкла в психологию и психотерапию / А. Б. Орлов, В. Б. Шумский // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2005. – № 2. – С. 65-80.
20. Орлов, А. Б. Психология личности и сущности человека: Парадигмы, проекции, практики : учеб. пособие для студ. психол. фак. вузов / А. Б. Орлов. – М. : Издательский центр «Академия», 2002. – 272 с.
21. Федоров, Ю. М. Сумма антропологии. Кн. 2: Космо-антропо-социо-природогенез Человека / Ю. М. Федоров. – 2-е изд. – Новосибирск : Наука. Сибирская издательская фирма РАН, 1996. – 833 с.
22. Федоров, Ю. М. Универсум морали / Ю. М. Федоров. – Тюмень : Российская АН. Сиб. отд-ние. Тюменский научный центр, 1992. – 418 с.
23. Франкл, В. Доктор и душа. Логотерапия и экзистенциальный анализ / В. Франкл. – М. : Альпина нон-фикшн, 2017. – 338 с.
24. Франкл, В. Доктор и душа. От психотерапии к логотерапии / В. Франкл. – М. : Корвет, 2016. – 138 с.
25. Франкл, В. Воля к смыслу / В. Франкл. – М. : Апрель-Пресс ; ЭКСМО-Пресс, 2000. – 368 с.
26. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990.
27. Фромм, Э. Искусство любить / Э. Фромм. – СПб. : Азбука-классика, 2004. – 224 с.
28. Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер. – М. : Академический Проект, 2015.
29. Штомпель, О. М. Социокультурный кризис: Теория и методология исследования проблемы : дис. ... д-ра филос. наук / Штомпель О. М. – Ростов-на-Дону, 1999. – 320 с.
30. Шумский, В. Б. Онтологическое и персоналистическое направление в экзистенциальной психологии: сравнительный анализ / В. Б. Шумский // Экзистенциальный анализ. Бюллетень. – 2009. – № 1. – С. 31-46.

Загумёнова Анастасия Сергеевна,

студент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Водяха Юлия Евгеньевна,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ МОЛОДЫХ СУПРУГОВ

Аннотация. В статье раскрывается структура и содержание психологической совместимости молодых супругов юношеского возраста. Выдвигается и проверяется гипотеза, что психологическая совместимость молодых супругов юношеского возраста обусловлена уровнем удовлетворенности брачными отношениями и различиями выраженности факторной структуры личностных особенностей супругов. Обсуждаются полученные результаты и выдвигаются новые гипотезы.

Ключевые слова: психологическая совместимость; молодые супруги; юношеский возраст; супружеские пары; супружеские отношения; молодые семьи; психология семьи.

Zagumyonnova Anastasia Sergeevna,

Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Vodyakha Yulia Evgenievna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PSYCHOLOGICAL COMPATIBILITY OF YOUNG SPOUSES OF YOUTH AGE

Abstract. The article reveals the structure and content of psychological compatibility of young spouses of adolescence. The hypothesis is put forward and tested that the psychological compatibility of young spouses of adolescence is determined by the level of satisfaction with marital relations and differences in the severity of the factor structure of the personality characteristics of the spouses. The results obtained are discussed and new hypotheses are put forward.

Keywords: psychological compatibility; young spouses; adolescence; married couples; spousal relations; young families; family psychology.

Введение в проблему. В социальной психологии накоплен значительный теоретический и практический материал по психологической совместимости супругов. Вопросам психологической совместимости супругов уделяли внимание многие исследователи, в частности, А. Н. Волкова, А. К. Дмитренко, Т. В. Галкина рассматривали вопросы личностных характеристик супругов и их ценностных ориентаций, Н. Н. Обозов, Н. Ф. Федотова, В. В. Матина изучали факторы супружеской совместимости, исследовали супружеские роли, их согласованность, основы супруже-

ской совместимости изучали В. В. Бойко, Э. Г. Эйдемиллер, Н. В. Александрова, В. В. Юстицкис и др. Проблеме толерантности как основы психологической совместимости семьи посвящены исследования Л. Г. Почебут, Н. М. Лебедевой, Т. Г. Стефаненко и др. Вопросам психологической совместимости молодых супругов посвящены исследования В. А. Терехина, Е. В. Криченко, Е. В. Белоус, Н. Н. Сторчак, С. В. Офицеровой, Т. А. Гурко, И. Панкова и др.

Анализ существующих подходов. Несмотря на значительный интерес ученых к данной проблеме, множество вопросов остаются без ответа. Сюда можно отнести проблематику супружеской совместимости, психологического климата в семье, степень удовлетворенности супругов браком и тому подобное. В. И. Постова определяет молодую семью как фазу или период в жизни человека, которая характеризуется ощутимым изменением условий, духовного общения минимум двух людей, независимо от их возраста, сочетания их экономического взаимодействия, что сказывается на создании материальной базы семьи, активному деторождению и освоению воспитательной функции [4]. Важным также является то, что для молодой семьи начинает быть характерным более или менее устойчивый эмоциональный настрой, который принято называть психологическим климатом. Он возникает как следствие семейной коммуникации, то есть в результате совокупности настроений членов семьи, их душевных переживаний и волнений, отношения друг к другу, к другим людям, к работе, к окружающим, а также к общественным событиям. Психологический климат влияет на межличностные отношения ее членов, на их мироощущение, самооценку, саморегуляцию и жизнеспособность семейного коллектива в целом.

Были рассмотрены работы Т. В. Андреевой (влияние особенностей темперамента и других факторов на совместимость супругов), А. Ю. Алешиной (удовлетворенность браком), В. В. Бойко (Связь между психологической совместимостью супругов и их удовлетворенностью браком), С. В. Ковалева (социально-психологическую характеристику семьи, отражающую способность ее членов согласовывать свои действия и поддерживать взаимоотношения, что приводит к возникновению благоприятного психологического климата в семье), Лидерс (межличностное общение супругов получается тем успешнее, чем больше взаимной эмпатии они проявляют в нем (без сопереживания, сочувствия, соучастия успешное межличностное общение между супругами невозможно), Н. Н. Обозова, Ю. М. Орлова: 1) совместимость как наборы качеств, которые сочетаются друг с другом (например, стремление лидировать у одного подкрепляется желанием подчиняться у другого); 2) совместимость, в центре которой у супругов лежит понимание друг друга, возможность уступать, поиск компромиссов при возможных конфликтах), представляющие концептуальные подходы к благополучию в браке и феноменологические основы супружеской совместимости. Е. Ю. Тимошенко (совместимость супругов проявля-

ется в сходстве личностных профилей, в адекватности взаимопонимания и в идентификации).

Методология и методы исследования. Проблема настоящего исследования состоит в противоречии с одной стороны заинтересованностью общества в длительных семейных взаимоотношениях в супружеских парах молодых людей юношеского возраста, с другой стороны с отсутствием специальной работы по изучению структуры и содержания психологической совместимости молодых супругов в юношеском возрасте, а также возможностей оказания влияния на формирование прочных и длительных семейных отношений.

Возрастной диапазон юношеского возраста (от 15 до 25) был взят исходя из возрастной периодизации по А. Н. Леонтьеву.

В исследовании были использованы методики: «опросник удовлетворённости браком» (В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко), опросник «Рольевые ожидания и притязания в браке» (РОП) А. Н. Волкова, «Индивидуально-типологический опросник» Л. Н. Собчик.

Опишем этапы психологического исследования. На первом этапе опытно-экспериментальной деятельности (констатирующий эксперимент) мы выявили разные уровни степени удовлетворённости браком у молодых супругов юношеского возраста. Для решения этой задачи был применен эмпирический психодиагностический метод, а именно стандартизированный психологический «опросник удовлетворённости браком» (В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко). Была создана электронная версия опросника на сайте onlinetestpad, к нему прилагалась подробная инструкция по прохождению.

В результате диагностического этапа была сформирована выборка респондентов с разным уровнем удовлетворённости браком.

На втором этапе опытно-экспериментальной деятельности были использованы стандартизированные психологические методики: опросник «Рольевые ожидания и притязания в браке» (РОП) А. Н. Волкова, «Индивидуально-типологический опросник» Л. Н. Собчик (также были созданы электронные версии методик).

Для диагностики, установленной нами ранее гипотезы, общая выборка составила 72 человек, а именно 36 пар молодых супругов юношеского возраста, с разными степенями удовлетворённости браком.

Удовлетворённость браком – это степень субъективной удовлетворённости супругами эмоциональными отношениями, качеством выполнения ролей и обязанностей, а также степень согласия или несогласия по основным семейным проблемам.

Экспериментальная смертность составила 47 человек.

Следующим шагом была проведена сравнительная статистика двух групп респондентов по параметрам – женщины с разным уровнем удовлетворённости браком.

Результаты исследования. Результаты предоставлены в таблице 1.

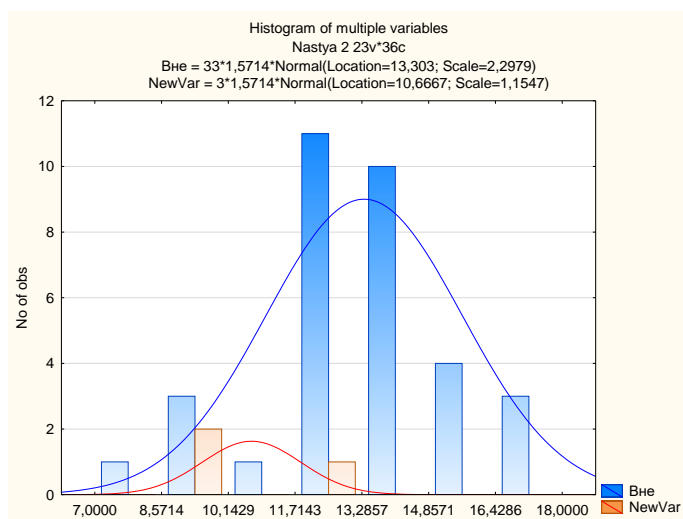
Таблица 1

Сравнительная статистика двух групп респондентов по параметрам – женщины с разным уровнем удовлетворенности браком

variable	Mann-Whitney U Test (w/ continuity correction) (Nastya 2) By variable ГР				
	Marked tests are significant at p <.05000				
	Rank Sum Group 1	Rank Sum Group 2	U	Z	p-value
Экстраверсия	573,00	93,00	12,000	-2,117	0,03
Интимно-сексуальная шкала	563,50	102,50	2,500	-2,661	0,01
Внешняя привлекательность	646,50	19,50	13,500	2,031	0,04
Социальная активность	576,00	90,00	15,000	-1,946	0,05

Полученные в результате статического анализа значения, указанные в таблице 1, свидетельствуют о том, что между группами респондентов – женщин с разным уровнем удовлетворённости браком есть значимые различия по шкалам: «Экстраверсия», «Интимно-сексуальная шкала», «Внешняя привлекательность» и «Шкала социальной активности».

Данную тенденцию можно также наблюдать на гистограмме 1 «Размах значимого различия по шкале «Внешняя привлекательность».



Гистограмме 1. Размах значимого различия по шкале «Внешняя привлекательность»

Рассмотрим более подробно полученные различия. Размах диапазона показателей по всем шкалам у первой группы респондентов (женщины с высоким уровнем удовлетворенности браком), значительно шире, чем у второй группы. Это значит, что показатели по шкалам («Экстраверсия», «Интимно-сексуальная шкала», «Внешняя привлекательность» и «Шкала социальной активности») у группы №1 более разнообразны, чем показатели группы № 2.

Группа № 2 демонстрирует себя как более идентичную (гомогенность). Вторая группа проявляет тенденцию неоднородности (гетерогенность).

Менее удовлетворённые браком Женщины склонны к проявлению: экстраверсии, широкому кругу социальных контактов, ориентации на внешний мир, общительности, социальной активности (профессиональной, общественной). Для данной группы также характерны более высокие требования к брачному партнёру: он должен проявлять социальную активность, быть профессионально ориентирован, участвовать в общественной жизни. При этом требования к сексуальной сфере взаимоотношений – минимальный, так же как и требование к внешней привлекательности.

Исходя из полученных результатов, можно предположить, что неудовлетворённые браком женщины в большинстве случаев занимают доминирующую позицию, они более активны, требовательны, а также для них имеет большое значение социальный статус, профессиональные и общественные достижения. Это предположение совпадает с результатами научных исследований С. Г. Шуман и В. П. Шумана.

С точки зрения С. Г. Шуман и В. П. Шуман, одной из основных причин нарушения гармонии в молодой семье выступает изменение социального положения женщины в современном обществе. Женщины стали более образованны, независимы, начали успешно строить карьеру, и все это параллельно в «борьбе за равные права с мужчинами». Результатом явилось то, что женщины всё чаще занимают доминирующее положение в семье, и при этом меньше внимания уделяют ведению домашнего хозяйства.

Сущность данного конфликта содержится в разногласии позиций супругов: мужчина чаще всего не намерен отдавать свою роль главного добытчика, защитника и главы семьи, в то время как меняющиеся условия требуют от него необходимой адаптации (овладения новыми навыками ведения домашнего хозяйства, заботы о детях). Данная позиция чаще всего приводит к тому, что мужчины прилагают основные усилия на развитие своей профессиональной деятельности, а также на увеличение материального достатка (при этом не имея каждодневных «мужских» обязанностей в доме, поскольку в городских квартирах их не так много). Женщины, в свою очередь, работающие полный день, вынуждены продолжать сохранять семейный «очаг» и заботиться о детях.

Вторая группа (женщины, удовлетворенные браком) имеют разный уровень экстраверсии, т. е. они имеют разные уровни общительности,

склонности к разным кругам социальных контактов. Для этой группы в большей степени значима интимно-сексуальная сфера. В этом случае, сексуальная гармония является важным условием супружеского счастья (ожидания, установки в этой сфере имеют гораздо большую значимость в супружестве). Присутствует три уровня значимости внешней привлекательности партнера, а также респонденты данной группы менее социально активны. Следовательно, они не имеют завышенных требований в приведённых выше сферах, для них более значимы межличностные и интимно-сексуальные отношения между супругами, чем уровень социального статуса или профессиональной карьеры.

Факторная структура ведущих личностных детерминант
(группа мужчин с высоким показателем удовлетворенности браком)

Variable	Factor Loadings (Varimax normalized) Extraction: Principal components (Marked loadings are >,700000)			
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Социальная активность	0,921	0,004	0,015	-0,126
Ригидность	0,788	0,163	-0,056	0,041
Экстраверсия	0,473	0,802	0,010	0,073
Агрессивность	0,105	-0,746	-0,454	-0,022
Спонтанность	0,361	0,273	-0,789	0,219
Хозяйственно бытовая шкала	-0,115	0,055	-0,712	0,062
Лабильность	0,279	0,328	0,705	0,051
Личностная идентификация с супругом(ой)	-0,114	-0,207	-0,008	0,797

Первый фактор был назван «Устойчивость социальной активности», в него вошли такие параметры как: «социальная активность» (0,921) и «ригидность» (0,788).

Фактор отражает установку на внешнюю социальную активность, что в свою очередь, может обеспечивать финансовую безопасность и статус семьи в обществе. Внешняя (социальная) активность личности включает профессиональную и общественную:

- (1) профессиональная активность предполагает определенный уровень образования, успехи и достижения в трудовой деятельности;
- (2) общественная активность – волонтерскую деятельность, участие в общественных проектах, включенность в значимые события.

Более привлекательным брачным партнёром будет считаться женщина, которая будет положительно относиться (одобрять) высокое образование мужа, его должностной статус, признаваемый обществом, его участие в значимых событиях, общественных проектах.

Второй фактор мы назвали «Конструктивное общение», в него вошли такие параметры как: «экстраверсия» (0,803), «уравновешенность» (0,746).

Данный фактор предполагает такие характерные особенности, как способность доступно и конкретно излагать свои мысли (способность анализировать ситуацию по разным критериям); давать объективную обратную связь собеседнику; контролировать собственные эмоции (не поддаваться гневу, печали и т. д.). Слышать и принимать мнение собеседника, таким образом выражая не только собственную ценность и значимость, но и ценность другого человека, вне зависимости от его взглядов, интересов и ценностей. Личность в общении ведёт себя уверенно, спокойно, сдержанно, умело подбирает «нужные» слова (доступные для понимания), внимательно вслушивается в речь собеседника и аргументирует свою позицию, при этом не отвергая и не обесценивая другую точку зрения. Главная цель конструктивного общения – найти компромисс, который удовлетворит обе стороны.

Третий фактор был назван «Эмоциональная гиперчувствительность», в него вошли такие параметры как: «ригидность» (0,789), «сензитивность» (0,705), а также отрицательное значение по параметру «хозяйственно-бытовая сфера» (-0,712).

Фактор предполагает: повышенная чувствительность к происходящим событиям, высокий уровень саморефлексии (умение анализировать собственные поступки, мысли, действия), застенчивость, эмоциональную впечатлительность (яркость и разнообразие эмоциональных проявлений), готовность оказывать поддержку и сопереживать собеседнику. Немаловажным является такая характеристика личности как эмоциональное реагирование на внешнюю оценку хозяйственно-бытовой деятельности.

Более положительно оцененным является партнер, который будет не скуп на проявлении различных эмоций, наоборот, при появлении положительных или отрицательных впечатлений, будет стремиться поделиться ими с близким человеком. При этом он сам готов разделить различные (радостные/грустные) события с супругом, и при необходимости оказать поддержку (найти слова утешения/отметить положительные моменты в сложившейся ситуации/помочь советом).

Четвёртый фактор был назван «Личностная идентификация с супругом(ой)», в него вошёл идентичный параметр (0,797). Данный фактор отражает установку на личностную идентификацию (близость) партнёров, которая предполагает такие характерные особенности взаимоотношений, как: согласованность интересов, потребностей, ценностных ориентаций, а также совместное времяпрепровождение. Личная автономия (свобода) проявляется в значительно меньшей степени, то есть партнер в этом случае играет в семейной жизни несколько ролей (друг, наставник, любовник и т. д.), которые позволяют значительно уменьшить личную дистанцию

между супругами, при этом увеличив уровень доверия, открытости, честности во взаимоотношениях.

Эти мужчины предпочитают видеть с собой рядом партнеров, которые будут в большей степени похожи на них самих: иметь похожие взгляды; придерживаться близких, подобных позиций; обладать идентичными качествами. Они предпочитают «видеть, узнавать» в супруге часть себя.

Другими словами, более положительно оцененным партнером будет считаться человек, который имеет приблизительно похожие:

(1) взгляды на различные сферы жизни (быт, семья, дружба, карьера, религия и т. д.), различия должны быть минимальными;

(2) интересы (фильмы, книги, различные хобби), благодаря которым супруги смогут организовать совместный досуг (совместное времяпрепровождение).

Факторная структура ведущих личностных детерминант
(группа женщин с высоким показателем удовлетворенности браком)

Variable	Factor Loadings (Varimax normalized) Extraction: Principal components (Marked loadings are >,700000)		
	Factor 1	Factor 2	Factor 3
Экстраверсия	-0,439	0,756	0,125
Аггравация	0,449	0,146	-0,816
Сензитивность	0,367	0,145	0,757
Тревожность	0,768	-0,248	0,151
Интимно сексуальная шкала	0,312	0,761	0,059
Социальная активность	0,213	0,725	0,178
Эмоционально-психотерапевтическая шкала	0,747	0,146	0,197

Первый фактор был назван «Значимость эмоционального благополучия», в него вошли такие параметры как: «тревожность», «эмоционально-психотерапевтическая шкала» (0,768).

Фактор предполагает: повышенную чувствительность к происходящим событиям, интенсивные переживания состояния тревоги, эмоциональную впечатлительность (яркость и разнообразие эмоциональных проявлений), готовность оказывать моральную и эмоциональную поддержку (способствующую психологической разрядке и стабилизации), а также сопереживать партнеру.

Более положительно оцененным является партнёр, который будет: стремиться к поддержанию эмоционального благополучия климата семьи; конструктивно, рационально подходить к решению возникших проблем,

не поддаваясь «воле» эмоций и не прибегая к субъективным оценкам; готов принять предоставляемую поддержку, и при необходимости оказать свою; готов внимательно выслушать претензии и найти компромисс.

Второй фактор был назван «Активность (внутрисемейная, внешняя)», в него вошли такие параметры как: «экстраверсия» (0,756), «интимно-сексуальная шкала» (0,761), «социальная активность» (0,725).

Данный фактор отражает установку на проявление различных форм активности:

(1) внешняя социальная активность, которая, в свою очередь, может обеспечивать финансовую безопасность и статус семьи в обществе;

(2) внутрисемейная активность, включающая в себя интимно-сексуальное взаимодействие партнеров.

Он предполагает такие характерные особенности, как: проявление интереса к внешним событиям, желанием влиять и оказываться под их давлением; потребностью вступать во взаимодействие с внешним миром, заводить много друзей, заводить множество полезных контактов с людьми; способностью удерживать интенсивное внимание к окружающему миру; активно участвовать в общественной жизни, различных проектах, заниматься волонтерской деятельностью, интересоваться значимыми событиями; отражает установку на значимость интимно-сексуального взаимодействия партнеров (физически комфортное взаимодействие, а также схожесть интересов и желаний в данной сфере).

Более привлекательным брачным партнером будет считаться мужчина, который:

1) будет положительно относиться (одобрять) высокое образование жены, её участие в значимых событиях, общественных проектах, а также принимать её ближайшее окружение и род занятий;

2) будет иметь похожие представления об интимно-сексуальной сфере, слышать и принимать интересы/желания жены, открыто выражать свои взгляды и потребности (касаемо данной деятельности).

Третий фактор был назван «Чувствительность к воздействиям», в него вошли такие параметры как: «аггравация» (-0,816), «сензитивность» (0,757).

Выводы. На основе эмпирического исследования можно сделать следующие выводы:

1. Ведущими личностными детерминантами успешности брака у женщин являются:

- значимость эмоционального благополучия;
- внутрисемейная и внешняя активность;
- чувствительность к семейной и социальной среде.

2. Для мужчин наиболее существенными предикторами удовлетворенности браком являются:

- устойчивость социальной активности;
- конструктивное общение;

- эмоциональная гиперчувствительность;
- личная идентификация с партнером.

Список литературы

1. Водяха, Ю. Е. Психологические особенности содержания брачно-семейных установок супругов / Ю. Е. Водяха, О. Г. Рогожникова // Психологическое благополучие современного человека : материалы Международной заочной научно-практической конференции / УрГПУ. – Екатеринбург, 2018. – С. 239-245.
2. Обозов, Н. Н. Совместимость и срабатываемость – одно из условий, регулирующих психологический климат в коллективе / Н. Н. Обозов // Социально-психологические проблемы повышения эффективности производственных коллективов. – Курган, 1977. – С. 151-160.
3. Рыбак, Е. В. Молодая семья в современном обществе: методическое пособие для специалистов по работе с семьей и молодежью / Е. В. Рыбак. – М. : ООО «ТР-Принт», 2016.
4. Собчик, Л. Н. Диагностика психологической совместимости. Еще раз про любовь (психолог о любви, о семье, о детях) / Л. Н. Собчик. – СПб. : Речь. 2002. – 80 с.

Рогачева Татьяна Владимировна,
доктор психологических наук, доцент

Хримичев Алексей Александрович,
специалист по социальной работе, ГАУ «Областной центр реабилитации инвалидов», г. Екатеринбург, Россия

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ПОНЯТИЯ «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ» В КЛАССИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация. В статье анализируются методологические основания определения понятия «психологическое благополучие» в классической психологии. Предложены два подхода к данной категории, с позиции классического психоанализа под благополучием понимается установление определенного равновесия между внешней средой и потенциями конкретного человека, тогда как экзистенциально-гуманистическое направление определяет благополучие через самореализацию личности в жизни.

Ключевые слова: психологическое благополучие; классическая психология; самореализация личности; методология психологии; понятийный аппарат.

Rogacheva Tatyana Vladimirovna,
Doctor of Psychology, Associate Professor

Khrimichev Alexey Alexandrovich,
Social Work Specialist, Regional Center for Rehabilitation of the Disabled, Ekaterinburg, Russia

METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF THE CONCEPT OF “PSYCHOLOGICAL WELL-BEING” IN CLASSICAL PSYCHOLOGY

Abstract. The article analyzes the methodological foundations of the definition of the concept of “psychological well-being” in classical psychology. Two approaches to this category are proposed. From the standpoint of classical psychoanalysis, well-being is understood as the establishment of a certain balance between the external environment and the potentials of a particular person, while the existential-humanistic direction determines well-being through the self-realization of the individual in life.

Keywords: psychological well-being; classical psychology; self-realization of personality; methodology of psychology; conceptual apparatus.

Введение в проблему. Еще античные философы пытались понять причины и факторы, определяющие благополучие человека, рассматривая его как проявления счастья, удовольствия, наслаждения. В философской традиции принято выделять два основных подхода в понимании благополучия. Первое – гедонистическое (древнегреч. ἡδονή «наслаждение, удовольствие») вслед за Платоном определяет удовольствие как высшее благо и смысл жизни, единственную терминальную ценность, тогда как все

остальные ценности являются инструментальными, то есть средствами достижения удовольствия. В данном подходе благополучие это синоним удавшейся жизни. Второй подход, эвдемонистический (от греч. eudaimonia – счастье), ориентирован на позицию Аристотеля, который рассматривал благополучие как стремление к полному, устойчивому и целостному благу, т. е. счастью. Таким образом, в научно-философском дискурсе сформировалась традиция рассматривать благополучие в рамках таких понятий, как «счастье», «удовольствие», «наслаждение».

Анализ методологических подходов к проблеме благополучия.

Данные понятия активно исследовались и в психологической литературе. Ориентиры были заданы двумя психологическими направлениями психоанализом и гуманистической психологией. Представители психодинамического направления (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер, Дж. Боулби, Э. Фромм, К. Хорни, Э. Эриксон) обращались к проблеме удовлетворенности жизнью, благополучного существования, поиска критериев удавшейся жизни. Классический психоанализ, следуя положениям Платона об идеальном государстве, рассматривал удовольствие как принцип, реализация которого и задает критерий счастья человека.

З. Фрейд писал: «То, что в строгом смысле слова называется счастьем, происходит, скорее, из внезапного удовлетворения, разрядки достигшей высокого уровня напряженности потребности. По самой своей природе это возможно лишь как эпизодическое явление... Так что возможности нашего счастья ограничиваются уже нашей конституцией» [5, с. 76-77]. «Этот естественный для человека (организма) путь к счастью, однако, находится в противоречии со всем миром, поскольку «намерение «осчастливить» не входит в планы «творения» [5, с. 76]. З. Фрейд по результатам своих рассуждений делает вывод, что программа стать счастливым недостижима. Ни на одном из путей не достичь в полной мере желаемого результата, везде есть препятствия и ограничения.

Именно поэтому основной акцент З. Фрейд делает на анализ различных ограничений и препятствий на пути к удовольствию и счастью. Главное для З. Фрейда в этом пути – активность самого человека при определении степени готовности быть зависимым от внешнего мира и представления о собственных возможностях. Именно от способности психического аппарата приспособлять свои функции (энергию либидо) к окружающему миру и использовать их для получения наслаждения, и зависит та мера счастья, которую может достичь человек.

Э. Фромм указывает, что несмотря на то, что «значимость качественного анализа удовольствия была опознана еще в самом начале развития гуманистической мысли, ... но удовлетворительного разрешения проблемы не было найдено» [6, с. 221]. Э.Фромм считает, что «счастье и радость, хотя и являются в определенном смысле субъективными переживаниями, есть исход взаимодействия с объективными условиями, ... которые в це-

лом можно суммировать как продуктивность» [6, с. 220]. «Счастье есть выражение состояния всего организма, личности в целом. Счастье связано с ростом жизнеспособности, интенсивностью чувств и мышления и продуктивностью» [6, с. 232], «субъективное ощущение счастья, когда оно не является состоянием благополучия человека в целом, всего лишь иллюзорная мысль о таком ощущении» [6, с. 232].

Поэтому Э. Фромм предлагает собственную трактовку человеческой природы, единственным критерием которой являлось благополучие человека. Автор описывает 4 типа социальных характеров, выделяя характер продуктивной ориентации (деятельностный) и описывая его следующим образом: «продуктивность – это способность человека использовать свои силы и реализовывать врожденный потенциал... это установка, к которой способен каждый человек, если он не искалечен психически и эмоционально» [6, с. 115-116]. Согласно автору, общество, препятствующее продуктивной реализации личности, является патологическим, больным и порождает невротическую, отчужденную от собственной сущности личность. Поэтому счастье – это спутник очень немногих людей. Следовательно, в психоаналитической психологии благополучие это установление определенного равновесия между внешней средой и потенциями конкретного человека.

Психологи, ориентированные на экзистенциально-гуманистическое направление (А. Маслоу, Дж. Бьюдженталь, А. Лэнгле, Р. Мэй, К. Роджерс, В. Франкл), солидарны с коллегами относительно основного тезиса – человек испытывает постоянную потребность в развитии. Однако одним из самых больших недостатков психоанализа, по А. Маслоу, является тенденция рассматривать психическое явление с точки зрения адаптации организма к окружающей среде, стремления к равновесию со средой. Данный автор считал, что такое равновесие является смертью для личности. Он писал: «Я вижу большую опасность в возрождении ... древней привычки отождествлять психическое здоровье со способностью приспосабливаться – к реальности, к обществу, к другим людям... Иначе говоря, деятельность не может быть сама по себе основным критерием ценности или здоровья индивида. Индивид ориентирован не только на внешнее, но и на внутреннее» [1, с. 101].

Равновесие, укорененность в среде отрицательно влияют на стремление к самоактуализации, которая и делает человека личностью, и в зависимости, от которой он ощущает собственную психологическую целостность и удовлетворенность жизнью, определяемые как счастье, психологическое благополучие, психологический комфорт, т. е. самореализация. Самореализация же, согласно А. Маслоу, связана с наиболее полным раскрытием индивидом своего личностного потенциала. Это состояние может быть достигнуто только после удовлетворения потребностей низшего порядка (физиологических и потребности в безопасности). Автор описывает успешного человека, указывая, что ««все самое лучшее, что может быть в

человеке, – добро, справедливость, красоту, совершенство, успех» [2, с 48], могут вызывать в другом негативный отзыв – чувство неловкости, тревоги, ревности или зависти, а также чувство собственной малости, неловкости, т. к. «они лишают нас самоуверенности, самообладания, самоуважения» [2, с. 48]. Следовательно, не спокойствие и комфорт, не гомеостаз и довольство выступают главными характеристиками успешной личности, а волнение, поиск, стремление к росту и развитию своей личности, к тому, чтобы стать наиболее «полноценно функционирующим человеком». Быть довольным своей жизнью, по А. Маслоу, это реализация себя в жизни, а успех выступает как естественное, в определенном смысле даже закономерное, следствие психологического здоровья самоактуализирующихся и самореализующихся личностей.

М. Селигман благополучие рассматривает как нечто априорно возможное для каждого индивида, степень осуществления которого зависит от степени развития и реализации его личностного потенциала. М. Селигман, вслед за А. Маслоу, также указывает на недостаток психоанализа, смысл которого в смещении фокуса исследования на негативные факторы жизни (агрессия, депрессивные состояния, неврозы и пр.). Данный автор подчеркивает, что необходимо в первую очередь ориентироваться на позитивные факторы, т. е. на факторы, которые способствуют ощущению счастья и помогает человеку.

К таким факторам, влияющим на благополучие, относятся: положительные эмоции, смысл, вовлеченность, позитивные отношения с окружающими, достижения. Он выводит формулу счастья: $C = Y + O + Z$, где «С» характеризует уровень устойчивого, продолжительного счастья, «У» – унаследованный уровень «счастливости», «О» – обстоятельства жизни, а «Z» – факторы, зависящие от нас» [4, с. 69]. Для данного автора целью достижения наивысшей формы благополучия выступает «процветание» личности, под которым он понимает движение к «хорошей жизни». Понятие «хорошая жизнь» анализировал К. Роджерс, который писал: «Хорошая жизнь, с позиции моего опыта, является процессом движения по пути, избранному человеческим организмом, когда он внутренне свободен для движения в любом направлении, причем основные качества этого процесса являются, безусловно, универсальными» [3, с. 191]. И далее: «Жизнь в своем лучшем проявлении – это текущий, меняющийся процесс, в котором ничто не остается неизменным... Она всегда находится в процессе становления» [3, с. 33-34].

Однако, несмотря на активные поиски решения проблемы счастья и удовлетворенности жизнью, практически все представители классической психологии не ввели в научный дискурс понятие «психологическое благополучие».

Понятие «психологическое благополучие» появляется в работе американского социолога Н. Брэдбурна [7] еще в 1969 г. Автор описывает структуру психологического благополучия как своеобразный баланс, до-

стигаемый постоянным взаимодействием двух видов эмоционального переживания – позитивного и негативного, что приводит к удовлетворенности жизнью. Автор выделяет т. н. положительные эмоции, к которым можно отнести радость, интерес и пр., преобладание которых в жизни человека позволяет накопить положительный эффект, и т. н. отрицательные эмоции, например, страх, гнев, отвращение и пр., что приводит к накоплению негативного эффекта. Возникающая разница между этими двумя противоположно направленными самоощущениями (позитивным и негативным) является показателем психологического благополучия и отражает общее самоощущение удовлетворенности жизнью.

В ситуациях, когда позитивный накопленный аффект превышает накопленные негативные эмоции, человек ощущает себя счастливым и удовлетворенным, и, следовательно, уровень психологического благополучия у него достаточно высок, если же суммарно негативные переживания превышают накопленные позитивные переживания, то человек ощущает себя несчастным и неудовлетворенным, что характеризует низкий уровень его психологического благополучия. Поэтому с позиции Н. Бредбурна критерием психологического благополучия конкретного индивида является субъективная оценка своего состояния. Следовательно, для данного автора благополучие выступает синонимом удовлетворенности, поэтому он не связывает это понятие с самоактуализацией, самооценкой, автономией и пр.

Вывод. Следовательно, представители классической психологии предложили два пути решения вопроса о благополучии. Классический психоанализ рассматривал благополучие как установление определенного равновесия между внешней средой и потенциями конкретного человека, тогда как экзистенциально-гуманистическое направление определяет благополучие через реализацию личности в жизни. Пост-классическое представление о благополучии предлагает ориентироваться на эмоциональную составляющую, когда личность сама оценивает свое состояние. Современная зарубежная психология, опираясь на классические методологические основания трактовки понятия «благополучие», предлагает 4 подхода к решению этой проблемы: гедонистический, эвдемонистический, качественный (исследующий качество жизни) и оздоровительный [8, с. 732].

Список литературы

1. Маслоу, А. По направлению к психологии бытия / А. Маслоу. – М. : Эксмо-Пресс, 2002. – 270 с.
2. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб. : Евразия, 1999. – 432 с.
3. Роджерс, К. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К. Роджерс. – М. : Эксмо-Пресс, 2001. – 414 с.
4. Селигман, М. Новая позитивная психология / М. Селигман. – М. : София, 2006. – 368 с.
5. Фрейд, З. Недовольство культурой / З. Фрейд. – М. : Фолио, 2013. – 120 с.

6. Фромм, Э. Здоровое общество / Э. Фромм. – М. : АСТ, 2020. – 528 с.
7. Bradburn, N. The structure of psychological well-being / N. Bradburn. – Chicago : Aldine Pub.Co., 1969. – 332 p.
8. Cooke, P. J. Measuring Well-Being: A Review of Instruments / P. J. Cooke, T. P. Melchert, K. Connor. – N.Y. : SAGE Publications, 2016. – P. 730-757.

Фадеева Ольга Валентиновна,

кандидат педагогических наук, доцент, Мордовский государственный педагогический университет им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск, Россия

Модина Татьяна Федоровна,

магистрант, Мордовский государственный педагогический университет им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск, Россия

ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ РЕСУРСОВ ПЕДАГОГОВ С РАЗНЫМ ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СТАЖЕМ

Аннотация. В статье рассматриваются некоторые из подходов к изучению личностных ресурсов человека. Авторы акцентируют внимание на исследование личностных ресурсов учителей и представляют результаты исследования личностных ресурсов учителей начального общего образования с разным педагогическим стажем.

Ключевые слова: личностные ресурсы; профессиональная деятельность; психологические ресурсы; педагогический стаж; педагоги; педагогическая психология.

Fadeeva Olga Valentinovna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Mordovian State Pedagogical University named after M.E. Evseviev, Saransk, Russia

Modina Tatiana Fedorovna,

Master's Degree Student, Mordovian State Pedagogical University named after M.E. Evseviev, Saransk, Russia

RESEARCH OF PERSONAL RESOURCES OF TEACHERS WITH DIFFERENT PEDAGOGICAL EXPERIENCE

Abstract. The article discusses some of the approaches to the study of personal resources of a person. The authors focus on the study of personal resources of teachers and present the results of the study of personal resources of teachers of primary general education with different teaching experience.

Keywords: personal resources; professional activity; psychological resources; teaching experience; teachers; pedagogical psychology.

Введение в проблему. Актуальность обозначенной проблематики обусловлена рядом причин: во-первых, происходят существенные изменения в образовательном процессе обучения и воспитания школьников, и как следствие, изменение запросов родителей на оказание образовательных услуг; во-вторых, появление и закрепление в системе образования дистанционной формы обучения. Эти и многие другие факторы во многом определяют вектор направленности жизнедеятельности учителей, который обуславливается наличием у них личностных ресурсов.

Анализ существующих подходов к решению данной задачи. Осмыслению проблемы личностных ресурсов во многом способствует

концепция личностного потенциала Д. А. Леонтьева. Личностный потенциал рассматривается автором как наличие возможностей осуществлять внутреннюю работу над собой и способность преодолевать определенные трудности [1]. В нашем исследовании, основываясь на классификации личностных ресурсов, предлагаемую автором, мы акцентируем внимание на психологических ресурсах устойчивости.

В исследовании Т. Ю. Ивановой отмечается, что личностные ресурсы выступают основой обеспечения психологического благополучия человека, способствуют раскрытию и распознаванию трудовых ресурсов [2].

В ряде психолого-педагогических исследований личностные ресурсы человека описаны через такие составляющие, как: толерантность к неопределенности, гибкость поведения, внутренний локус контроля, проявления оптимизма, самоэффективность, жизнестойкость и другие [2].

Специалист, который обладает высоким уровнем личностных ресурсов, субъективно ощущает себя более способным к определенным достижениям. И, если он будет объективно оценен в организационной среде, то станет более увлеченным работой. К таким выводам приходит Е. Ю. Мандрикова, изучая взаимосвязь увлеченности профессиональной деятельностью с личностными ресурсами [3].

Изучая взаимосвязь личностного ресурса педагога и особенности эмоциональных состояний его учеников, Р. А. Труляев приходит к выводу, что имеется тесная зависимость «позитивных ценностей педагога с позитивными эмоциональными переживаниями учеников высокой интенсивности и отсутствие такой связи с позитивными эмоциональными состояниями умеренной интенсивности» [4, с. 65].

Таким образом, в современных психолого-педагогических исследованиях рассматривается опосредованное значение личностных ресурсов между условиями и требованиями организационной среды и удовлетворенностью деятельности, а также психологическим благополучием личности.

В широком смысле личностные ресурсы в профессиональной деятельности представляют собой индивидуально-психологические характеристики, способствующие успешному выполнению видов деятельности при создании оптимальных условий организационной среды.

В рамках нашего исследования мы рассматриваем личностные ресурсы устойчивости учителей как осознание ими ценностно-смысловых установок, которые отражаются в удовлетворенности жизнью и удовлетворенности выполняемой профессиональной деятельностью.

Методология и методы исследования. Мы предположили, что наличие разного педагогического стажа учителей начального общего образования определяет проявление личностных ресурсов устойчивости. Для проверки данной гипотезы на базе МОУ «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов № 24» и «Средняя общеобразовательная школа № 27» г. о. Саранск было проведено исследова-

ние, в котором приняли участие 19 учителей начальной школы, возраст которых варьировался от 23 до 52 лет. Из них 8 учителей со стажем педагогической работы от 2 до 10 лет, 11 педагогов со стажем от 11 до 25 лет.

Для определения личностных ресурсов устойчивости учителей были проведены тест смысловых ориентаций Д. А. Леонтьева; тест-опросник самоорганизации деятельности Е. Ю. Мандриковой; методика изучения удовлетворенности педагогов жизнедеятельностью в образовательном учреждении Е. Н. Степанова.

Результаты исследования. Результаты диагностики по методике «Тест смысловых ориентаций» свидетельствуют о том, что у педагогов с большим стажем работы преобладает высокий уровень по показателям: результативность жизни и интернальный локус контроля. Для них также характерны удовлетворенность прожитой частью жизни, умение осуществлять самореализацию, рефлексия. Они характеризуют себя сильными личностями, обладающие достаточной свободой выбора в принятии решений, контролирующие события своей жизни.

Для педагогов с опытом работы от 2-10 лет свойственны целеустремленность и наличие стратегии профессионального развития. Это указывает, что учителя данной возрастной выборки имеют большой запас личностных ресурсов и готовы использовать их в реализации задач своей профессиональной деятельности, в частности в осуществлении образовательного процесса с младшими школьниками. Остается открытым вопрос – насколько будет создана организационная среда для реализации личностных ресурсов. Можно предположить, что отсутствие оптимальной организационной среды затрудняет проявления личностных ресурсов.

По результатам опросника самоорганизации деятельности были получены следующие данные. Показатель настойчивость, целеустремленность и ориентация на настоящее преобладает у учителей с меньшим стажем работы, что свидетельствует о склонности данной категории педагогов к способности концентрироваться на цели, приложению волевых усилий для завершения начатого дела и упорядочения активности, построении стратегии и тактики развития профессионального маршрута.

Для учителей с большим стажем работы свойственно проявление таких показателей, как: плановость, фиксация на структурировании деятельности и самоорганизация. Это демонстрирует тот факт, что у учителей со стажем педагогической деятельности складываются определенные принципы и правила ее осуществления, достижение результатов не требует приложения волевых усилий в связи с достаточным уровнем самоорганизации. Данные являются показателями высокого уровня развитости личностных ресурсов.

Результаты, полученные по методике изучения удовлетворенности педагогов жизнедеятельностью в образовательном учреждении, свидетельствуют, что организацией труда и возможностью проявления и реализации профессиональных качеств в большей степени удовлетворены педагоги с

большим стажем работы. Во многом это объясняется тем, что эта категория учителей, в сравнении с предыдущими годами работы, получили больше возможностей реализации личностных ресурсов, используя цифровые технологии. Они меньше тратят времени на выполнении письменных отчетов, имеют больше возможностей изучать опыт работы других учителей, используя интернет-ресурсы. Например, онлайн-конференция для учителей начальной школы «ММСО.Ушинский», прошедшая в конце февраля 2021 г. В рамках этой конференции учителя могли познакомиться, в том числе, с вариантами реализации личностных ресурсов педагогов в различных аспектах.

И в тоже время эта категория учителей со стажем 11-20 лет отмечают наличие трудностей в организации труда, поскольку внедрение в образовательный процесс цифровых технологий требует от учителей большей мобильности и знаний в сфере информационных технологий.

Отношениями с коллегами и администрацией учебного заведения, а также с учениками и их родителями удовлетворены все учителя. Педагоги с опытом работы от 2 до 10 лет, более гибкие в общении и чаще принимают разные позиции настройки в общении, что способствует выстраиванию оптимальных отношений с субъектами образовательных отношений.

В целом учителя обеих выборок частично удовлетворены условиями организационной среды, и этот показатель не зависит от опыта педагогической работы.

Выводы. На первом этапе пилотажного исследования выявлено, что у учителей обеих выборок имеются личностные ресурсы устойчивости, которые они готовы использовать в реализации задач профессиональной деятельности. Однако учителям каждой из выборок свойственны разные степени проявления показателей личностных ресурсов. Таким образом, можно констатировать, что наличие педагогического стажа работы оказывает влияние на возможности в реализации личностных ресурсов.

Список литературы

1. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2011. – 680 с.
2. Иванова, Т. Ю. Современные проблемы изучения личностных ресурсов в профессиональной деятельности / Т. Ю. Иванова, Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин [и др.] // Организационная психология. – 2018. – № 1. – С. 85-121.
3. Мандрикова, Е. Ю. Взаимосвязь увлеченности работой, личностных ресурсов и удовлетворенности трудом сотрудников / Е. Ю. Мандрикова, А. А. Горбунова // Организационная психология. – 2012. – № 4. – С. 2-22.
4. Труляев, Р. А. Позитивный личностный ресурс педагога и особенности эмоциональных состояний его учеников / Р. А. Труляев // Психологическая наука и образование. – 2013. – Т. 5, № 3. – С. 58-65.

Фахриддин Абдуваситович Юлдашев,

доктор философии, Ферганский государственный университет, г. Фергана, Узбекистан

Махлиё Бахтиёровна Юлдашева,

преподаватель, Ферганский государственный университет, г. Фергана, Узбекистан;
f.yuldashev73@mail.ru

ЭКЗИСТЕНЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ ОДИНОЧЕСТВА

Аннотация. Одной из серьезнейших проблем человечества является проблема одиночества. Существует ряд направлений по изучению данного переживания. В статье раскрывается проблема одиночества исходя из экзистенциального направления по изучению чувства одиночества. Основываясь на теоретических данных, было проведено эмпирическое исследование и получены результаты.

Ключевые слова: одиночество; психология одиночества; экзистенциальное направление; феномен одиночества.

Fakhriddin Abduvasitovich Yuldashev,

Doctor of Philosophy, Ferghana State University, Ferghana, Uzbekistan

Makhliyo Bakhtiyorovna Yuldasheva,

Lecturer, Ferghana State University, Ferghana, Uzbekistan

EXISTENTIAL PROBLEMS OF STUDYING LONELINESS

Abstract. One of the most serious problems of humanity is the problem of loneliness. There are a number of directions for studying this experience. The article reveals the problem of loneliness based on the existential direction of studying the feeling of loneliness. Based on the theoretical data, an empirical study was conducted and the results were obtained.

Keywords: loneliness; psychology of loneliness; existential direction; loneliness phenomenon.

Трактовка научных подходов к изучению чувства одиночества в историческом развитии мировой психологии, о его природе, развитии и проявлении достаточно освещена в источниках. Каждый из подходов к изучению одиночества отличается глубоким пониманием вопроса и тщательным теоретическим анализом. Среди них особенно ярко отличается своей позитивностью экзистенциальное направление по изучению чувства одиночества.

Все представители экзистенциального подхода изучают личность через шкалу возможностей, существующих в одиночестве. Они отрицают прогрессирующее совершенство индивида в группе. Человек способен на что-то только в одиночестве, в обществе он становится никем. Экзистенциалисты предсказывают в своем воображении личное, уникальное, необратимое существование человека на стадии его юности и зрелости. А спо-

способность индивида переживать одиночество формирует и развивает уникальность личности. Великий русский философ Н. А. Бердяев утверждал, что человек имеет право оставаться в одиночестве, так как личное совершенство, самосознание, образ неповторимого «Я» обнаруживают необратимые и неповторимые аспекты [1, с. 45]. То есть одиночество служит основой для раскрытия человеком своего внутреннего мира и его совершенствования в качестве личности.

Согласно экзистенциальному подходу, все люди, по существу, одиноки. Только это переживание проявляется у всех по-разному. Замкнутость и отсутствие желания общения символизируют естественность, присущую человеку. Экзистенциалисты рассматривают одиночество как психологический феномен сознания. В человеческой психике происходит сознательное восприятие личностной обособленности, и ее невозможно исключить или отрицать из ее личностной природы. Одиночество – это индивидуальное состояние, присущее природе человека, необходимость жить в согласии с этим состоянием. Только понимание и ощущение собственной природы выводит человека на уровень личности [3, с. 16].

Из отечественных исследователей экзистенциального направления Л. И. Старовойтова считает, что одиночество – это внутренняя изоляция человека, являющаяся основой индивидуального существования. Если человек не удовлетворяет потребность в эмоциональной поддержке со стороны собеседника в процессе общения, он предпочитает одиночество [2, с. 26].

Уместно подчеркнуть исследования К. Мустаскаса и И. Ялома, одних из современных экзистенциальных психологов, изучавших проблему одиночества. К. Мустаскас на основе своей концепции утверждал, что существует различие между суетливым одиночеством и чисто-экзистенциальным одиночеством. Тревога переживания чувства одиночества провоцирует в человеке развитие ряд систем защитных действий. В результате человек стремится оставаться в рамках большего общения. Это объясняется избеганием его личного существования. А чисто-экзистенциальное одиночество объясняется тем, что человек сталкиваясь со смертью или сложными жизненными ситуациями стремится остаться в одиночестве. И в итоге данное переживание создает в человеке духовное сближение с самим собой, а это свидетельствует о гармонии личности с одиночеством с началом его существования. При этом внешние факторы отходят на второй план. К. Мустаскас и И. Ялом связывают одиночество с существованием человека, при этом не анализируя генезис одиночества. Поэтому необходимо выработать не только способы избежать одиночества или избавиться от него, но и способы разумно его использовать. К. Мустаскас говоря об этом чувстве, подчеркивает позитивность одиночества, которая направляет творческие силы человека и прокладывает путь для создания открытий. Через него человек поднимается на более высокий уровень продуктивности в личной деятельности. По К. Мустас-

касу, переживание одиночества ведет человека к реальной, буквальной самореализации [4, с. 132-144].

Другой экзистенциалист, Б. Миюскович, при анализе одиночества опирается на теорию мотивации в человеческой природе. Одиночество зависит от существования человека, говорит ученый. Человек пытается облегчить свое одиночество после удовлетворения своих физиологических и биологических потребностей. Хотя одиночество присуще человеческой природе, человек используя это чувство стремиться открыть свое собственное «Я». Изучая проблему одиночества, Б. Миюскович обращается к понятию «смерть». Он пишет, что человек не боится смерти, но боится одиночества... Потому что ужасная ситуация, происходящая в процессе смертности – это оставаться в одиночестве». Ребенок в юном возрасте не боится смерти, потому что не осознает данное состояние. Б. Миюскович сравнивает одиночество с понятием имманентности психики, то есть имманентностью являются случаи, в которых это выражается в образе чистых внутренних переживаний в психике человека. Ученый классифицирует сознание на внешние и внутренние категории. Во втором из них есть склонность к одиночеству [4, с. 132-144].

Изучение феномена одиночества обширно и безгранично. По этой причине мы сочли желательным провести наше исследование исходя из экзистенциального подхода изучения одиночества.

В нашем исследовании был проведен «Дифференциальный опросник переживания одиночества». Этот метод представляет собой исследование отношения индивида к одиночеству, основанное на экзистенциальных идеях, согласно которым восприятие одиночества как экзистенциальной основы открывает возможность одиночества человека как ресурса, служащего самообщению, так и личностному совершенствованию. Неприятие или страх одиночества, напротив, приводит к постоянному поиску социальных контактов. И эта ситуация мешает человеку общаться с самим собой в изоляции и личностном росте. Этот метод был создан в 2013 г. Н. Осиним и Д. А. Леонтьевым.

Таблица 1

Результаты «дифференциального опросника переживания одиночества»

№	Шкалы	Средний ранг		Уровень значимости (p)		Критерий Фишера F		t-критерий	
		1-курс n=320	3-курс n=306	1-курс n=320	3-курс n=306	1-курс n=320	3-курс n=306	1-курс n=320	3-курс n=306
1.	Общее одиночество	41,07	24,43	0,000*	0,515*	0,000*	0,019*	-4,077	-0,627
2.	Зависимость от общения	48,59	21,91	0,463*	0,813*	0,590*	0,820*	-0,735	-0,237
3.	Позитивное одиночество	21,91	31,55	0,856*	0,870*	0,371*	0,832*	-0,181	0,164

Примечание: * – выражение статистической значимости различий

Из полученных количественных показателей видно, что критерий Фишера равен $t \leq 0,05$ для обоих этапов шкалы «Общее одиночество», что означает наличие статистически значимой разницы между равенством сопоставимых дисперсий. По шкалам «Зависимость от общения» и «Позитивное одиночество» $t \geq 0,05$ показывает результат, о сравнительной дисперсии свидетельствует тот факт, что статистика не имеет достоверной разницы. Это означает, что нулевая гипотеза, выдвинутая в нашем исследовании, опровергнута, а значит, нет никакой корреляции между результатами, полученными от студентов 1-го и 3-го курсов. В нашем эксперименте он считается выше стандарта, так как t -критерий, полученный у 3 курсов по шкале «Позитивное одиночество», имеет положительный показатель ($t=0,164$; $t \geq 0,05$). На остальных шкалах результат выглядит отрицательным, означает, что эмпирический показатель ниже стандартного. Это означает, что у студентов высокий уровень чувства «Общее одиночество» и «Зависимость от общения». Но чувство «Позитивное одиночество», имеет позитивность у студентов 3-го курса. Можно сказать, что студенты 1-го курса более склонны к одиночеству в связи с тем, что установка формируется по отношению к новым условиям и требованиям в высшем учебном заведении. Студенты 3-го курса смогут представить себе одиночество как позитивное явление благодаря содержанию приспособляемости к существующим условиям и мудро используют это явление в своей деятельности.

В заключение нужно отметить, что одиночество – это многомерное явление, присущее всем социальным системам общества, отражающее экзистенциальный аспект. Представители экзистенциального подхода выдвинули в своих исследованиях проблему одиночества исходя от концепции естественного существования человека и неизбежности одиночества в нем в естественном состоянии. Одиночество актуализируется только в том случае, когда мы осознаём суть одиночества.

Список литературы

1. Корчагина, С. Г. Психология одиночества / С. Г. Корчагина. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2008. – 228 с.
2. Косорогова, Ю. Краткий курс одиночества. Как быть счастливым наедине с собой / Ю. Косорогова. – СПб. : Питер, 2016. – 220 с.
3. Красникова, О. Одиночество / О. Красникова. – М. : Никея, 2017. – 170 с.
4. Yuldasheva, M. B. Features of sociopsychological loneliness in student environment / M. B. Yuldasheva // ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – Vol. 10, Issue 4. – P. 132-144.

Колесников Евгений Анатольевич,

кандидат педагогических наук, доцент, Глазовский государственный педагогический институт им. В.Г. Короленко, г. Глазов, Россия

АДАПТАЦИЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА ПОСРЕДСТВОМ ИХ ВОВЛЕЧЕНИЯ В ВЫСТАВОЧНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Аннотация. В статье представлено обоснование значимости образовательных выставок как средства адаптации иностранных студентов педагогического вуза. В исследовании описаны эмоциональные, коммуникативные и поведенческие характеристики иностранных студентов, формирующих затруднения в установлении эффективной коммуникации и учебной деятельности, описана технология организации образовательных выставок, ее значение в процессе формирования профессиональной значимых личностных качеств участников образовательных выставок.

Ключевые слова: адаптация студентов; иностранные студенты; первокурсники; личностный потенциал; личность студента; образовательные выставки; выставочные мероприятия; педагогические вузы; выставочная деятельность.

Kolesnikov Evgeny Anatolyevich,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Glazov State Pedagogical University named after V.G. Korolenko, Glazov, Russia

ADAPTATION OF FOREIGN FIRST-YEAR STUDENTS OF A PEDAGOGICAL UNIVERSITY THROUGH THEIR INVOLVEMENT IN EXHIBITION ACTIVITIES

Abstract. The article presents the rationale for the importance of educational exhibitions as a means of adaptation of foreign students of a pedagogical university. The study describes the emotional, communicative and behavioral characteristics of foreign students who form difficulties in establishing effective communication and educational activities, describes the technology of organizing educational exhibitions, its significance in the process of forming the professional and personal qualities of participants of educational exhibitions.

Keywords: adaptation of students; foreign students; freshmen; personal potential; student personality; educational exhibitions; exhibition events; pedagogical universities; exhibition activities.

В современной психолого-педагогической науке феномен «адаптация» понимается как процесс перестройки психики индивида под воздействием объективных факторов окружающей среды, который выражается в преодолении трудностей и формировании определенных свойств личности. Адаптация тесно связано с установкой, под которой понимается готовность к определённой активности, адекватного и целесообразного приспособления индивида к среде, «вхождение» личности в новые социальные роли. Сущность данного вхождения выражается в защитном приспособлении к социальным требованиям, в виде выхода из стрессовой ситуа-

ции и преодолении физического напряжения. Поскольку, психологические состояния («тяжелые чувства»), возникающие в ходе разнообразных адаптационных процессов при изменении обычного образа жизни, имеют свое физиологическое основание.

Субъект вырабатывает различные индивидуальные стратегии преодоления стресса и вхождения в новую жизненную ситуацию. Например, в исследованиях Г. Селье представлен механизм совладания со стрессом подобно тому, как наш организм реагирует на яд, проявляя два типа реакции: выведение яда или игнорирование его [1]. Проводя аналогию, поведение человека в новых социальных условиях может характеризоваться как: активная позиция, когда субъект стремится завоевать доверие окружающих, чтобы затем действовать в соответствии со своими устремлениями. Другая стратегия может проявляться через пассивную позицию во внешней согласованности своих действий с другими людьми и простым приспособлением и т. д.

С точки зрения психологии личности, поступление на первый курс вуза является событием, способствующем переоценке идентификации и перестройке образа жизни субъекта. [1; 2; 3; 4; 5] Адаптация первокурсника - иностранного студента диктует ряд сложных психологических задач, ключевой их которых, является установление оптимального соответствия личности и окружающей среды. На первом месте стоит освоение поликультурного пространства с требованиями, нормами и ценностями, в котором нельзя быть просто пассивным созерцателем. В социальном и эмоциональном отношении адаптация данных студентов включает в себе новые пути оценки мира и своего отношения к ему на фоне имеющегося небольшого, в силу возраста, ограниченного опыта.

Особенности процесса адаптации определяются психологическими субъективными свойствами, уровнем личностного развития. Критериями адаптивности можно считать не только выживаемость человека и нахождение места в социальной структуре, но и общий уровень психологического здоровья, способность развиваться в соответствии со своим жизненным потенциалом, субъективным чувством самоуважения и осмысленностью жизни.

При поступлении на первый курс вуза, студенты часто демонстрируют типичные характеристики дезадаптивности, которые проявляются в их поведении и эмоциональных реакциях. Например, инфантильные (незрелые) черты личностной позиции можно наблюдать через пассивность в принятии решений, проявляющуюся в выжидательной позиции, узком спектре действий по изменению собственной ситуации и ожидании помощи извне. Студенты могут устанавливать в своём сознании слишком высокие требования к вузу, в который они поступили, что, в свою очередь, в дальнейшем дает чувство разочарования, разрушения надежд и т. д. Проявление нереалистичности в оценках своей актуальной ситуации приводит

к принятию ответственности за собственную жизнь, что выражается в поиске «виноватых», которыми становятся педагоги, сокурсники и др. Обвинительная позиция (выученная беспомощность) может выступать защитой в ситуации «ничего не делания», подобно вредной привычке, способствующей получению удовольствия от возможности почувствовать себя «жертвой» обстоятельств [8].

Личностные проблемы, связанные с недовольством собой и социальным окружением оказывают влияние на общий эмоциональный и соматический дискомфорт первокурсников. Они могут испытывать чувство подавленности, тревоги, что сопровождается жалобами на плохой сон, здоровье и повышенную ранимость.

В период адаптации первокурсникам свойственна неадекватная самооценка, которая наблюдается через неустойчивость, чувство собственной ненужности, неполноценности, неуверенности в своих силах и др. Иногда она представляется как «сильно завышенная» на фоне демонстрации своеобразного «гонора», носящего компенсаторный характер. Можно видеть у молодых людей комплекс «непринятия поглаживаний» (непринятия поддержки), в основе которого лежат усвоенные запреты из детства соответственно ряда иррациональных невротических умозаключений [8].

Исходя из выше сказанного, юноши и девушки могут проявлять непродуктивные формы мотивации, выражающиеся в стремлении избегать реальные или воображаемые неудачи, вызванные страхом «перемен». Данное поведение обусловлено боязнью совершить ошибку, поэтому выбранный образ «страдальца» защищает от осознания необходимости работать над проблемами [7].

Одним из показателей дезадаптивности является низкая коммуникативная компетентность и слабое владение вербальными и невербальными (речевыми и неречевыми) средствами социального поведения. Данная проблема обусловлена тем, что в учебных группах первокурсников недостаточно сформированы качества коллектива и групповая динамика является нестабильной в связи с распределением социальных ролей между участниками. Поэтому, одной из форм воздействия может выступить деятельность по поэтапному вовлечению обучающихся в выставочную деятельность, с целью изменения позиции однокурсников в процессе общения помимо их воли.

Отметим, что в ФГБОУ ВО ГГПИ им. В.Г. Короленко с 2010 г. создается психологически комфортная среда взаимодействия иностранных студентов с русскоязычными обучающимися посредством совместной организации образовательных выставок.

Основываясь на исследованиях Б. П. Черника, образовательная выставка трактуется как «форма организации информационно-образовательной среды образовательной организации, в которой создаются благоприятные условия для взаимодействия субъектов образовательных отношений с целью удовлетворения образовательных потребностей» [6].

В результате реализованной методической работы по вовлечению студентов-первокурсников в процесс организации и проведения образовательных выставок была построена и апробирована технология организации образовательных выставок, которая представлена на рисунке 1.

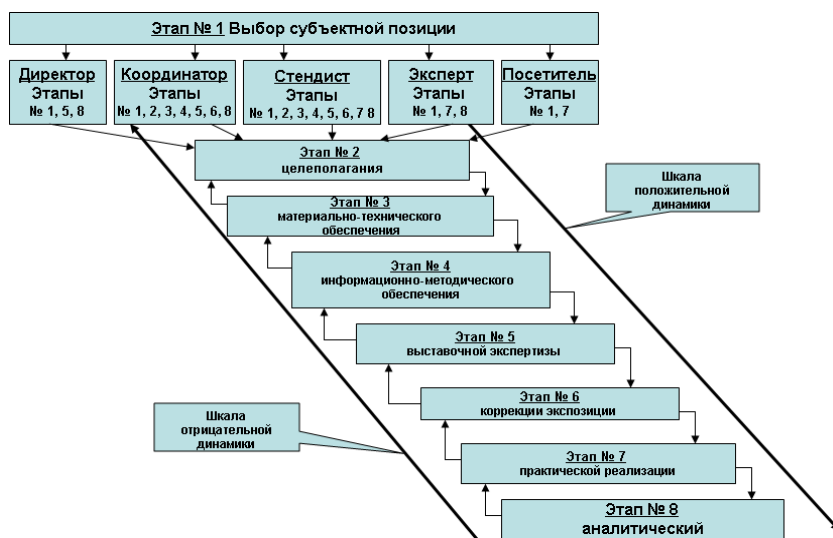


Рис. 1. Технология организации образовательной выставки

Этап № 1 предполагает выбор субъектной позиции обучающегося в реализации задач по организации образовательной выставки. Структура ролей образовательной выставки, руководствуясь исследованиями Б. П. Черника по обоснованию принципов организации выставочных мероприятий, состоит из директора, координатора, стендиста, эксперта и посетителя [6].

Этап № 2 – целеполагание – включает в себя выработку цели и задач организации образовательной выставки (выбор темы выставочного проекта Стендистами, выработка плана действий по организации образовательной выставки Директором и Координатором, разработка плана экспертизы и диагностических процедур Экспертами).

Этап № 3 – материально-техническое обеспечение – включает в себя отбор Директором, Координатором и Стендистом комплекса материально-технических средств, способствующих реализации задач по разработке выставочного проекта и его презентации.

Этап № 4 – информационно-методическое обеспечение – включает в себя отбор Директором, Координатором и Стендистом комплекса информационно-методических средств и материалов, способствующих содержательному наполнению выставочного проекта.

Этап № 5 – выставочная экспертиза – включает в себя реализацию экспертных процедур на предмет оценки готовности функционального

состояния Стендистов и содержания их выставочных проектов к презентации перед лицом Посетителя.

Этап № 6 – коррекция выставочной экспозиции – включает в себя комплекс организационных процедур, задачи которых определены результатами оценки Экспертов о состоянии готовности Стендиста и содержания выставочного проекта к его презентации перед лицом Посетителя.

Этап № 7 – практическая реализация образовательной выставки – включает в себя организационно-деятельностные процедуры по реализации демонстрации выставочного проекта Стендистами и общения их с Посетителями.

И, наконец, этап № 8 – аналитический – в рамках которого реализуется рефлексивно-аналитическая деятельность по анализу результатов образовательной выставки. Также в рамках данного этапа проходит награждение победителей и рефлексия деятельности участников выставочного мероприятия.

Особенностью данной технологии является то, что каждый из участников образовательной выставки реализует индивидуальный маршрут своего участия в мероприятии, что позволяет повысить эффективность взаимодействия и достижение образовательного результата выставки. Например, эксперт выставки вовлекается в процесс выбора субъектной позиции (этап № 1), участвует в коммуникациях со стендистами на правах посетителя выставки (этап № 7), является модератором рефлексии выставочного мероприятия.

Отметим, что представленная выше технология предусматривает для каждого участника образовательной выставки достижение особых личностных результатов:

- для иностранного студента: гибкую интеграцию в чуждую коммуникативную и ментальную среду русскоязычного сообщества студентов; адаптацию к учебной нагрузке и коррекция учебного стресса; проживание ситуации успеха посредством возможности влиять на достижение образовательных результатов студенческой группы;

- для русскоязычного студента: преодоление коммуникативных барьеров; обретение возможности познать культуру народа посредством общения с ее носителем; воспитание профессионально-значимых качеств педагога: эмпатия, рефлексия, эмоциональный самоконтроль и уравновешенность, стремление к самопознанию и саморазвитию, личностная направленность на оказание помощи в трудных ситуациях учебной деятельности;

- для преподавателя: формирование педагогической эрудиции, целеполагания, практического и диагностического мышления, педагогической интуиции.

Список литературы

1. Анциферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анциферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15, № 1. – С. 3-18.
2. Константинов, В. В. Адаптация личности: теория и диагностика : учебно-методическое пособие / В. В. Константинов. – Пенза : Пензенский ГПУ им. В.Г. Белинского, 2005. – 78 с.
3. Осин, Е. Н. Категория отчуждения в психологии образования: история и перспективы / Е. Н. Осин // Культурно-историческая психология. – 2015. – Т. 11, № 4. – С. 79-88.
4. Шеховцова, Л. Ф. Самооценка, аутентичность и любовь к себе / Л. Ф. Шеховцова // Консультативная психология и психотерапия. – 2003. – № 3. – С. 87-103.
5. Шолохов, И. А. Психологические особенности адаптации учащейся молодежи за рубежом : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Шолохов И. А. – М., 2002. – 26 с.
6. Черник, Б. П. Выставки в развивающемся образовании / Б. П. Черник. – Новосибирск : Наука, 2004. – 335 с.
7. Gullard, S. Adaptation scolaire / S. Gullard. – Elsevier Masson, 2007. – 296 p.
8. Selye, H. Stress Without Distress / H. Selye. – Penguin Group (USA) Incorporated, 1975. – 130 p.

Мунинов Махаматкарим,

независимый исследователь, Андижанский государственный университет, г. Андижан, Узбекистан

СОЦИАЛЬНОЕ ЗНАЧЕНИЕ ПСИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕР ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. Борьба с экстремизмом стала актуальной задачей для всех стран. Республика Узбекистан принимает необходимые меры для сохранения своего государственного суверенитета. Это создает правовую основу для миротворчества. В связи с этим необходимо будет провести психопрофилактические тренинги со школьниками. В статье описаны психопрофилактические процессы, проводимые со студенческой молодежью для предотвращения экстремизма.

Ключевые слова: экстремизм; терроризм; идеологический иммунитет; опросы; типология психопрофилактики; психоидеологическая коррекция; психопрофилактические тренинги; профилактические мероприятия; школьники.

Muminov Mahamatkarim,

Independent Researcher, Andijan State University, Andijan, Uzbekistan

THE SOCIAL SIGNIFICANCE OF PSYCHOPROPHYLAHPIC MEASURES WITH SCHOOL STUDENTS

Abstract. Wrestling with extremism has become an urgent task for all countries. The Republic of Uzbekistan adopts a new mayor for the preservation of its state sovereignty. It creates the legal basis for peacekeeping. It will be necessary to conduct psychoprophylactic classes with schoolchildren in this regard. This article describes the psychoprophylactic processes carried out with school students youth to prevent extremism.

Keywords: extremism; terrorism; ideological immunity; polls; typology of psycho-prevention; psycho-ideological correction; psycho-preventive trainings; preventive actions; pupils.

Экстремизм эффективно использует Интернет для распространения своих идей среди других. Психология молодежи связана с социальными сетями. Вот почему некоторые молодые люди по телефону сталкиваются с деструктивными идеями экстремистов. Например, если мы видим это на примере Российской Федерации, 23 января 2021 г. в социальных сетях были вызваны массовые беспорядки. К ним присоединились и школьники. К сожалению, представители национальной безопасности страны не предотвратили подобную угрозу. В результате массовые демонстрации прошли более чем в 120 городах. Подобные ситуации требуют бдительности в обеспечении мира и спокойствия в стране.

Политизация религии представляет одинаковую угрозу для всех государств. В некоторых странах это вызывает кровавые столкновения в форме религиозного экстремизма. Религиозный радикализм использует силу молодежи в своих попытках захватить существующую власть. В Республике

Узбекистан приняты необходимые меры для предотвращения религиозного экстремизма и защиты молодежи от него. Президент Республики Узбекистан Шавкат Мирзиёев сказал: «Как вы знаете, в связи с проводимой в последние годы в нашей стране гуманитарной политикой проводится важная работа по восстановлению здоровой образа жизни граждан, сбившихся с правильного пути и допустивших ошибки. В этом году мы продолжим работу по выявлению и решению социальных проблем тех, кто искренне сожалеет о пути религиозного экстремизма, по адаптации их к обществу» [9]. Направление 5 Указа Президента Республики Узбекистан от 7 февраля 2017 г. «О Стратегии действий по дальнейшему развитию Республики Узбекистан» ПФ-4947 ставит задачи воспитания молодежи на основе межнациональной дружбы и толерантности [1].

Закон Республики Узбекистан «О противодействии экстремизму» № ЗРУ-489, принятый 30 июля 2018 г., ставит перед всеми гражданами задачи по содействию государственным органам в предотвращении экстремизма [2].

Закон Республики Узбекистан № ЗРУ-406 от 14 сентября 2016 г. «О государственной молодежной политике» содержит руководящие принципы обучения молодежи в системе образования в духе национальной идеологии и патриотизма [3]. В учебных заведениях есть достаточно возможностей для решения этой задачи. Для определения его эффективности идейные познания молодежи определяются путем проведения психолого-идеологических опросов. При этом, если у студентов выявляются признаки экстремизма, с ними принимаются профилактические и воспитательные меры. Для этого выявляются причины воздействия религиозного течения в психике учащегося.

В общеобразовательных средних школах такое социологическое исследование необходимо проводить в сентябре-октябре, после возвращения учащихся с трехмесячных летних каникул. Определяется, с кем ученик познакомился во время летних каникул и о чем они говорили. Изучается, есть ли негативное изменение идеологического воспитания школьника. По результатам в течение учебного года будут проводиться духовно-просветительские мероприятия.

Вопросы для определения идеологических знаний студентов.

1. Понимает ли он содержание и суть национальной идеи?
2. Как вы относитесь к религии и религиозным убеждениям?
3. Что он знает о вреде религиозных течений?
4. Знает ли грабитель, что вандализм вреден?
5. Живет ли он сознательно?
6. Знает ли он, что религиозный экстремизм – вредная идея?
7. Как понимать свободу совести?
8. Каковы недостатки религиозного фанатизма?
9. Что такое свобода религии?

10. Что такое суицид?

Первой задачей данного исследования является выбор основной методической задачи, которая в настоящее время решается как социальная проблема – предотвращение подверженности студентов религиозному экстремизму.

Вторая задача исследования – разработать методику, т. е. общелогический план наблюдения. Особое внимание уделяется учащимся 5, 6 и 7 классов, которые считаются переходным возрастом, легко поддающимся к различным влияниям. Контрольные вопросы на идейную осведомленность и бдительность с учетом возрастных особенностей и уровней знаний учащихся особое внимание будет уделено. Контрольные вопросы на идейную осведомленность и бдительность были подготовлены с учетом возрастных характеристик и уровня знаний учащихся. Для изучения этой проблемы и раскрытия ее сути было проведено аналитическое исследование.

Среди учащихся могут быть ученик, подвергшихся влиянию религиозного радикализма, которым необходимо заниматься по специальному плану. С ними организуются индивидуальные профилактические и воспитательные занятия по отдельному плану. Преодолеть состояние фанатизма у учащиеся бывает сложно. В этом случае требуется не ущемлять их личные права. Воспитательная работа проводится на общественных началах и в сотрудничестве с прокуратурой их без ведома [4].

Опросы выявляют высокий, средний и неудовлетворительный уровень идеологической невосприимчивости студентов к духовным угрозам. В зависимости от результатов опроса необходимые профилактические меры против религиозного экстремизма будут проводиться с физическим лицом на основе специальной программы. При этом основной упор делается на детей с умеренным и неудовлетворительным идеологическим иммунитетом. Психология религиозных экстремистов заключается в поиске детей, у которых есть идеологический разрыв. Дети с этой чертой легко могут отклониться от своей идеологии.

Поэтому более частым является процесс обучения с детьми с неудовлетворительным идеологическим иммунитетом. Идеологический иммунитет ребенка из семьи, принадлежащей к религиозно-экстремистскому течению, неудовлетворителен. У этих членов семьи не будет формироваться здоровый образ жизни. Экстремисты поглощают вредное воздействие на психику своих детей. Призывает своих детей к деградации общества, распространению экстремистских идей, пропаганде вредных идей среди сверстников. Учат не соглашаться с мнением других по идеологическим вопросам. Это учит их стоять твердо и защищать то, что они знают. Они учат тех, кто препятствует их интеллектуальным взглядам, быть «нашими врагами». Например, «Хизб ут-Тахрир» стремится внедрить в ислам постановление, гласящее: «Восстановление Халифата – одна из

важнейших обязанностей мусульман» [5, с. 10]. Невежественный ребенок может поверить в такие ложные идеи.

Клуб «Заковат» действует в средней школе № 3 Андижана для защиты учащихся от идеологических угроз. В него были приняты желающие учащиеся 5-11 классов. Занятия в клубе проводятся интерактивными методами. Клубные занятия предназначены для того, чтобы каждый ученик мог свободно выражать себя, создавать универсальные и демократические ценности, прагматические теории, приходиться к общим выводам. Опыт клуба «Заковат» по формированию идеологического иммунитета у студентов дважды популяризировался на региональных семинарах и областном телевидении [6, с. 102-152].

Исламский экстремизм – явление антинациональное. Это необходимо разъяснить учащимся. Потому что его деятельность – ужасная социально-политическая реальность. Его намерение – агрессия. Терроризм – явление совершенно чуждое природе нашего народа. Религиозный экстремизм и терроризм противоречат интересам независимости. Довести это до сведения студентов стало актуальной задачей [7, с. 33].

Для выполнения этой задачи в школе по совету практикующего психолога создаются дифференцированные программы для учащихся, чей идеологический иммунитет определяется как умеренный и неудовлетворительный.

Прикомандированные по распоряжению директора школы педагоги проводят специальные занятия с учетом этих особенностей. Есть еще один очень деликатный аспект проблемы, заключающийся в том, что семья, подвергающаяся вредному влиянию, нарушает права детей не как личности, а отдельно с ребенком (индивидуальные) профилактические мероприятия. До этого проводится психодиагностика ученика. Определяется его настроение и психические состояния. Определяется (внутренние мотивация) под влиянием какого религиозного движения он находится («Ваххабизм», «Хизб ут-Тахрир аль-Ислами», «Нуристы», «Акромианцы», «Джихадисты»).

По результатам диагностики определяется объем и периодичность учебного процесса. На основе этого будет разработан план педагогической и психологической пропаганды. Профилактическое обучение проводится различными методами. Этот процесс останавливается, когда выясняется, что у ученика здоровый внешний вид. В результате, как минимум через 3-6 месяцев неудовлетворительный уровень идеологической неприкосновенности у школьника изменится в лучшую сторону. В этом занятии рекомендуется обращаться к ребенку с учетом индивидуально-физического характера, конкретного душевного состояния каждого человека – темперамента (табл. 1).

Таблица 1

*Типология определения характеристик склонности учеников
к религиозным течениям в процессе психодиагностики*

Психологические категории	Психологические характеристики
Сангвиник	Я дал присягу нашему религиозному лидеру. Когда я возвращаюсь сюда, мне говорят, что здоровым не оставят. Он будет думать, что никогда не вернется на избранный им путь. Он продолжает свою деятельность тайно. Он не обращает внимания на то, что говорит учитель. Не принимает ни каких мер. Он продолжит свою деятельность.
Холерик	Я дал присягу нашему религиозному лидеру. Когда я вернусь таким образом, они говорят, что здоровым меня не оставят. Мне нравится запрещенная законом религиозная учеба. Так что мне не нужны рекомендации учителя. Он презирает учителя за то, что тот отвернулся от избранного пути, и жаждет отомстить.
Флегматик	Ребенок стесняется признать свою ошибку, теперь думает, как ее исправить, долго ищет. Он колеблется, думает, что это хорошо, что я занимаюсь запрещенной учебой. Но он также думает, что мне нужно слушать, что говорит мой учитель. Мне было стыдно, я запятнал свою семью, свою школу. Я не могу себя простить, думаю, мне нужно покончить собой. Обсуди это с моими родителями, она говорит, что я не могу решить сам. Ребенок в шоковом состоянии, не знает, что делать, как найти выход.
Меланхолия	Ребенок в шоковом состоянии, не знает, что делать, как найти выход.

Если идеологическое воспитание идет не в русле национальной идеологии, как в семье, так и в школе, в воспитательных отношениях учитель-ученик у ребенка возникают проблемные ситуации. Есть те, кто сразу соглашается со своим учителем, и те, кто не отступает от избранного пути. Будут те, кто после наставления своего учителя останется в состоянии паники, не в силах чувствовать себя виноватыми. Есть и те, кто принимает резкое (положительное или отрицательное) решение под идеологическим влиянием своего учителя.

Для этого необходимо хорошо знать психологические особенности ученика. В процессе психодиагностики также необходимо собрать мнения школьного практикующего психолога, классного руководителя и родителей, чтобы выявить особенности у учеников. Главное не торопиться и не

заблудиться. Характеристики личного темперамента ребенка играют важную роль в принятии решений учащимися. Период воздействия на школьника религиозного экстремистского течения имеет здоровый вид:

1. Холерик – быстро (на высоком уровне, т. е. через 1-2 месяца).
2. Сангвиник – средний (1-3 месяца).
3. Флегматик – вялый (1-4 месяца).
4. Меланхолия – длится очень медленно (1-6 месяцев).

По окончании профилактического обучения проводится мониторинг поведения ученика в обществе. Прикрепляется к ним куратор из числа школьных учителей. При повторном проявлении религиозно-экстремистских настроений в психическом состоянии учащегося, профилактические и воспитательные занятия будут возобновлены. Этот процесс продолжается до получения положительного результата.

Список литературы

1. Муминов, М. Концептуальные основы систематической организации идеологического иммунитета в народном образовании : монография / М. Муминов. – Ташкент : Мухаррир, 2019. – С. 80-84.
2. Юнусов, А. Враги нашей религии / А. Юнусов. – Ташкент : Мовароуннахр, 2002. – С. 10.
3. Муминов, М. Формирование и развитие идеологического иммунитета учащихся в процессе глобализации : монография / М. Муминов. – Андижан : Хаёт, 2018. – С. 102-152.
4. Жураев, Т. Светская государственность и политизированная религия: извечное противостояние / Т. Жураев, Ш. Пахрутдинов. – Ташкент : Академия, 2008. – С. 33.

Медведева Анастасия Сергеевна,

магистрант, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Водяха Юлия Евгеньевна,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНСКОЙ ДРУЖБЫ

Аннотация. В статье раскрывается структура и содержание женской дружбы. Выдвигается и проверяется гипотеза, что смысловая наполненность понятия дружбы у мужчин и женщин существенно различается. Полученные результаты позволяют заключить, что для женщин-респондентов характерна пониженная ценность взаимодействий с социумом; также наблюдается внешняя закрытость от окружающего мира и сильная ценность личности для самой себя.

Ключевые слова: психология женщин; женщины; женская дружба; межличностные отношения.

Medvedeva Anastasia Sergeevna,

Master's Degree Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Vodyakha Yulia Evgenievna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF FEMALE FRIENDSHIP

Abstract. The article reveals the structure and content of female friendship. The hypothesis is put forward and tested that the semantic content of the concept of friendship for men and women is significantly different. The results obtained allow us to conclude that female respondents are characterized by a reduced value of interactions with society; there is also an external closeness from the outside world and a strong value of the personality for oneself.

Keywords: psychology of women; women; female friendship; interpersonal relationships.

Эта статья посвящена близкой дружбе между женщинами, а также гендерной идентичности и настроениями, которые возникают, когда женщины говорят об этом аспекте своей жизни. Нас интересует, как гендерные неолиберальные и постфеминистские представления проявляются в этой сфере. Ряд феминистских исследователей, работающих в области критической психологии, культурных исследований и медиаисследований, отметили изменяющиеся связи между этими неолиберальными субъективностями и отрицанием феминизма, характерным для постфеминистского дискурса (например, Calder-Dawe & Gavey, 2016; Gill, 2017; Gill, Kelan, & Scharff, 2017; McRobbie, 2004, 2015; Negra, 2009; Riley, Evans, Elliott, Rice, & Marecek, 2017). Все больше эмпирических работ пы-

тается очертить контуры новой субъективности, предлагаемой женщинам (Gill, 2016, 2017; Gill & Kanai, 2018; Riley, Evans, & Mackiewicz, 2016; Wilson & Yochim, 2017).

Для Гилла ключевым аспектом здесь является своего рода усиление самоконтроля и саморегулирования. Женщин поощряют проявлять стойкость, работать над собой, чтобы развить уверенность и правильный позитивный настрой, чтобы выдерживать нестабильные ситуации, а также поддерживать сознательную, саморефлексивную иронию по поводу невозможности всего этого, при этом будучи бесконечно готовыми к преобразованию (Gill, 2017).

Эта уверенность должна сочетаться с «добротой»: женщины должны оставаться добрыми, оптимистичными, приятными и сочувствующими (Gill & Orgad, 2015; Kanai, 2017). Под идеальным женским субъектом понимается упорный труд, чтобы украшать (Elias et al., 2017), увеличить свой сексуальный капитал (Gill, 2009), обучить себя и добиться успеха в работе (Kanai, 2017c), а также найти подлинное Я (Banet-Weiser, 2012; Gill, 2017; Kanai, 2015; Pruchniewska, 2017).

Как утверждает МакРобби, ключевой частью этой психологии и активной деятельности является то, что представленные идеалы недостижимы, недостижимы и никогда не могут быть завершены. Она предполагает, что это, таким образом, «территория страданий», которая нормализует тревогу, присущую стремлению к тому, что не может быть реализовано.

В тоже время исследования дружбы молодых женщин в постфеминистском контексте (например, Dobson, 2014), приводят к пониманию того, каким образом психология совершенства и настойчивости проявляется в дружеских отношениях взрослых женщин.

Проанализировав способы самопрезентации идентичности молодых женщин в австралийском интернете, А. Канаи продемонстрировала, что близость подруг создается за счет обмена мнениями о работе по управлению различными элементами повседневной жизни и неожиданными событиями. А. Канаи выделяет такие проблемы, которые сближают подруг:

- ежедневная борьба ради избегания отставания на работе;
- увеличение веса;
- потеря парня в пользу более привлекательной женщины (Kanai, 2017).

В соответствии с предписаниями постфеминизма, она отмечает, что с акцент женщин на несовершенствах приводит к тому, что тревожность становится естественной чертой женственности. Хотя молодые женщины, находящиеся в центре внимания исследования А. Канаи, для сохранения позитивного взгляда выражают свое разочарование посредством ободряющих шуток (Kanai, 2017). Таким образом, отношения между девушками характеризуются сложной смесью тепла и страха.

Гилл (Gill, 2009) считает, что дружба между женщинами противоречит гетероромантическим отношениям и должна использоваться для поддержки, а не для компромисса гетерореляционности (Martinussen, 2018).

Винч, также как и Канаи, считает, что радикальный потенциал дружбы между женщинами может быть утрачен. Потому что женское единство отформатировано постфеминистским расширением прав и возможностей, рискуя стать механизмом современного патриархального капитализма. В настоящее время эмпирических исследований женской дружбы в наше время недостаточно.

Авторы исходят из предположения о том, что существует специфика содержательной наполненности представлений о дружбе у мужчин и женщин в аспекте аксиологического подхода, а именно:

– у мужчин ценность дружбы более значима, содержательно включает ориентацию на взаимную поддержку, помощь; стиль межличностных отношений приближен к партнерскому; ценностные ориентиры: наличие хороших и верных друзей, развитие, уверенность в себе;

– у женщин ценность дружбы не имеет большого значения, они подвержены эгоизму, имеют тенденцию к независимости, уверены в собственной правоте. Ценностные ориентиры: развитие, общественное признание, интересная работа.

Методология исследования. В исследовании принимали участие 102 женщины и 98 мужчин в возрасте 20-25 лет.

Методы исследования:

1. «Опросник терминальных ценностей» (И. Г. Сенин).
2. «Метод диагностики межличностных отношений» (Л. Н. Собчик).
3. Методика «ценностные ориентации» (М. Рокич)
4. Метод контент-анализа сочинения «Мой друг».
5. Методы математико-статистического анализа эмпирических данных (U-критерий Манна-Уитни, факторный анализ).

Результаты исследования.

Таблица 1

Содержание ценности межличностных отношений (дружбы) у мужчин

	Ценность партнера в межличностных отношениях (дружба)	Амбивалентные переживания «Социализированность – индивидуалистичность»
Семейная жизнь	-0,724	-0,120
Одобрение и поддержка со стороны друга	0,656	0,137
Наличие хороших и верных друзей	0,597	0,164
Счастье других	-0,559	0,228
Общественная жизнь	-0,183	0,805
Индивидуальность (стремление к самопредъявлению)	0,170	0,788
Закрытость (отсутствие активных социальных контактов)	0,381	0,473

Властно-лидирующий (агрессивность со стороны респондента, доминирование, директивность)	0,207	-0,032
Покорно-зависимый (агрессивность в сторону респондента)	0,065	-0,116
Самоуверенность	-0,167	-0,044
Престиж	-0,157	0,082
Expl.Var	1,930481	1,628016
Ppr.Totl	0,175498	0,148001

В первый фактор входит Наличие хороших и верных друзей, Одобрение и поддержка со стороны друга, пониженные Счастье других, а также пониженная ценность семейной жизни. Данный фактор можно назвать «Ценность партнера в межличностных отношениях (друзья)». Мужчины сосредотачиваются не только на своей личности, но и на личности друга, но такая категория как семья становятся фоном.

Второй фактор. В него входят повышенные индивидуальность и общественная жизнь. Данный фактор можно назвать «Амбивалентные переживания „Социализированность – индивидуалистичность“». Если данный фактор выражен у мужчин, можно определить, что им важно быть в обществе, однако они проявляют стремление к сохранению высокой степени индивидуальности; концепция «быть принятым другими – быть отличным от других» проявляется у них в высокой степени.

Таблица 2

*Содержание ценности межличностных отношений (дружбы)
у женщин*

	Эгоцентрическая позиция в межличностных отношениях	Ценность собственной личности	Активность, самоуверенность в отношениях
Общественная жизнь	-0,729	0,097	-0,124
Общественное призвание	0,747	-0,054	0,040
Семейная жизнь	-0,457	-0,341	0,250
Наличие хороших и верных друзей	-0,402	-0,178	0,575
Закрытость (отсутствие активных социальных контактов)	0,242	0,648	0,264
Индивидуальность	0,112	-0,635	-0,270
Властно-лидирующий (агрессивность со стороны респондента, доминирование, директивность)	0,145	0,084	0,751

Самоуверенность	0,305	0,114	0,566
Престиж	0,353	0,016	-0,408
Покорно-зависимый (агрессивность в сторону респондента)	0,368	-0,122	0,211
Expl.Var	1,920178	1,734977	1,670348
Prp.Totl	0,174562	0,157725	0,151850

«Эгоцентрическая позиция в межличностных отношениях». Основной характеристикой данного аспекта является пониженное желание взаимодействия с обществом.

«Ценность собственной личности». Внешняя закрытость от окружающих людей и принятие важности себя, своей личности – характеристики данного аспекта. Однако стоит отметить, что в данном случае индивидуальность не выступает важным фактором, нет отрицания соответствовать распространенным стереотипам.

«Активность, самоуверенность в отношениях». Если данный аспект является доминирующим, человек проявляет стремление к власти, лидерству, при этом оценивая свои силы и возможности в положительном ключе.

Таблица 3

Данные контент-анализа сочинений «Мой друг»

Категория/Пол	Мужчины	Женщины
Частое упоминание образа «Я» в тексте (я, мне, меня и т. д.)	59	87
Отраженное самоотношение (одобрение, поддержка со стороны друга)	56	25
Активные социальные контакты (общение, взаимодействие и т. п.)	51	31
Собственная индивидуальность (независимость и т. д.)	14	27
Развитие себя (самосовершенствование и т. д.)	17	17
Доминирующая позиция (руководить, власть и т. д.)	26	35
Агрессивность со стороны респондента (несдержанность, вспыльчивость и т. д.)	27	37
Агрессивность в сторону респондента (несдержанность, вспыльчивость и т. д.)	58	39
Покорность (зависимость, чувство вины, послушный и т. д.)	43	12
Сотрудничество (помощь, великодушный и т. д.)	42	31

В ходе анализа сочинения, темой которого стало «Мой друг», нами было выявлено, что мужчины присуще находить одобрение и поддержку со стороны друзей; они отмечают несдержанность и вспыльчивость в свою сторону (можно предположить, что их мнение связано с такой характери-

стикой личности, как чувствительность к невниманию и грубости), что говорит о том, что мужчины проявляют желание к сотрудничеству больше, чем девушки.

Также интересно, что респонденты-девушки употребляют слова, фразы, которые имеют связь с властью, независимостью, то есть могут быть определены, как «руководящие элементы»; ими часто упоминается образ «Я».

1. В ходе исследования были выделены две группы испытуемых женский и мужской пол. У респондентов выявлены отличия.

2. Анализируя полученные данные по методике «Опросник терминальных ценностей», мы обнаружили, что у респондентов мужского пола доминируют такие шкалы, как «Собственный престиж», «Материальное положение», «Социальные контакты». Они проявляют желание к уважению себя как личности, социальному одобрению; стремятся к высокому материальному положению. Мы предположили, что стремление к материальному благосостоянию является базовым аспектом для понимания и дальнейшего раскрытия чувства собственной значимости.

Респонденты-девушки проявили желание к достижению определенных результатов на различных этапах своей жизни. Им присуще планирование, постановка конкретных целей и, безусловно, обязательное целедостижение. Мы предположили, что для них достижение результатов является базисом высокой самооценки.

По результатам методики «ценностные ориентации» (М. Рокич) мы определили, что «Наличие хороших и верных друзей» стало наиболее значимой ценностью для респондентов мужского пола. За ними следуют ценности «Развитие» и «Уверенность в себе». Следующее место по значимости респонденты отдают ценностям «Интересная работа», «общественное призвание», «познание», «продуктивная жизнь», «свобода», «счастливая семейная жизнь». На низком уровне находятся ценности: «здоровье», «красота природы и искусства», «любовь», «счастье других», «аккуратность».

Наиболее значимыми ценностями для девушек стали «интересная работа», «развитие», «общественное призвание», такие ценности как «здоровье», «наличие хороших и верных друзей», «счастье других», «аккуратность» заняли последнее место.

Также важно отметить, что по результатам исследования у мужчин и женщин проявляется совпадение важности такой ценности, как развитие. Это обусловлено тем, что для респондентов важна работа партнера над собой, постоянное физическое и внутреннее развитие; также практически точно совпадают ценности «интересная работа» и «общественное призвание», потому как для испытуемых необходимым аспектом их жизни является уважение к своей личности окружающими, коллективом.

Интересно отметить, что довольно яркие отличия проявляются в ранге «наличие хороших и верных друзей», для мужчин данная ценность стала одной из самых важных, в то время как для женщин это не имеет важности.

Анализируя полученные данные по методике «Диагностика межличностных отношений Лири» (адаптация Л. Н. Собчик), обнаружено, что у мужчин доминируют зависимо-послушный и сотрудничающе-конвенциональный тип межличностного взаимодействия.

Проявляются такие характеристики испытуемых, как повышенное стремление к признанию себя в глазах наиболее авторитетных лиц. Они хотят участвовать в групповой деятельности, ответственно подходят к своей работе, стараются исполнять свои обещания, сотрудничая с коллективом, что создает им хорошую репутацию.

Интересно, что превалирующим типом межличностного взаимодействия у респондентов-женщин стал властно-лидирующий. Основные характеристики данного типа: быстрота реакций, которая также проявляется в безотлагательном аспекте, высокая активность, спонтанность. Участницы проявляют желание к активному воздействию на людей вокруг, подчинению их своим правилам и установкам, что проявляется как тенденция к доминированию, также они определяют свое мнение как исключительно верное.

В ходе анализа сочинения, темой которого стало «Мой друг», нами было выявлено, что мужчины присуще находить одобрение и поддержку со стороны друзей; они отмечают несдержанность и вспыльчивость в свою сторону (можно предположить, что их мнение связано с такой характеристикой личности, как чувствительность к невниманию и грубости), что говорит о том, что мужчины проявляют желание к сотрудничеству больше, чем девушки.

Также интересно, что респонденты-девушки употребляют слова, фразы, которые имеют связь с властью, независимостью, то есть могут быть определены, как «руководящие элементы»; ими часто упоминается образ «Я».

Респонденты двух групп считают, что их дружба является равноправной, они оказывают эмоциональную поддержку своему другу, но девушки чаще критикуют своих друзей.

Мужчины склонны чаще прощать первыми ошибки своего друга, чем респонденты женщины.

Выводы. Мужчины концентрируются исключительно на своей личности, межличностных отношениях (в точности друзья); категория семья для них становится фоном. Проявляется важность общественной жизни, они стремятся к ней, но сохраняют высокую степень индивидуальности и слабо подражают социуму. Одновременно хотят, чтобы окружающие люди их приняли, но и желают отличаться от всех.

Для женщин-респондентов характерна пониженная ценность взаимодействий с социумом; также наблюдается внешняя закрытость от окружающего мира и сильная ценность личности для самой себя. Но при этом индивидуальность не столь важна, личность вполне может соответствовать распространённым стереотипам во всех сферах проявлений. Женщины

стремятся к власти и лидерству, положительно оценивая собственные возможности в любых сферах и ожидания одобрения от окружающих людей.

Список литературы

1. Водяха, С. А. Психологические особенности мотивации достижения выпускника педагогического вуза / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований : сборник трудов Международной научно-практической конференции «XV Левитовские чтения» : в 3-х томах. – М. : МГОПУ, 2020. – С. 573-578.

3. Водяха, Ю. Е. Соотношение показателей содержания ценности дружбы и самооценки у женщин в период ранней взрослости / Ю. Е. Водяха, А. Д. Медведева // Психологическое благополучие современного человека : материалы Международной заочной научно-практической конференции. – Екатеринбург : УрГПУ, 2019. – С. 146-154.

Зайнобиддинов Жалолиддин,

кандидат психологических наук, доцент, Ферганский государственный университет, г. Фергана, Узбекистан

ИДЕНТИФИКАЦИЯ КАК ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ

Аннотация. Данная статья посвящена изучению влияния феномена идентификации на процесс формирования профессионально-педагогической направленности у будущих учителей, раскрываются разные уровни идентификации – низкий, средний, высокий, а также описывается методика выявления идентификации посредством экспериментального сочинения и анкетирования, приводятся некоторые результаты исследования.

Ключевые слова: идентификация личности; профессионально-педагогическая направленность; зависть; профессиональное развитие; рефлексия; студенты; подготовка будущих учителей.

Zaynobiddinov Jaloliddin,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ferghana State University, Ferghana, Russia

IDENTIFICATION AS A FACTOR OF PROFESSIONAL DIRECTION AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF A FUTURE TEACHER

Abstract. This article is devoted to the study of the impact of the phenomenon of identification on the process of professional pedagogical orientation in future teachers and it describes the types of identification, methods of determining the identification process (experimental essay and questionnaire) with low, medium and high level disclosure. As well as some results of the study are referenced.

Keywords: personal identification; professional and pedagogical orientation; envy; professional development; reflection; students; preparation of future teachers.

Среди разнообразных профессий специальность учителя занимает особое место. С помощью учителя формируется требуемый обществу «тип личности». Подрастающее поколение приобщается к тем богатствам, которое выработало человечество, учатся постигать себя, готовятся к будущему творчески созидательному способу общественной деятельности и активно включаются в социальную практическую жизнь. Поэтому, когда мы говорим, что в социальном формировании индивида школа играет решающую роль, то имеем в виду, прежде всего, педагогическую деятельность, направленную на обучение и воспитание подрастающего поколения: не зря о влиянии личностных и профессиональных качеств учителей на процесс становления личности говорят самые различные люди, вспоминая свои школьные годы. Главная особенность этих воспоминаний школь-

ного детства в том что, бывшие ученики мысленно возвращаясь к школьным годам, чаще всего говорят не о методах преподавания того или иного учителя, а об особенностях их характера, о богатстве их нравственного развития, об их личностных и профессиональных качествах. Эти черты запечатлевались у человека на всю жизнь, определяют его дальнейшую судьбу, побуждают служить людям, быть полезным обществу.

Принятие общественных целей деятельности и нравственных ценностей учителей как собственных предполагает своеобразное сотворчество личности учителя и общества в формировании человека. Если этого личностного принятия социальных целей и нравственно-этнических ценностей не произошло, если не произошло их «прорастание» в личность учителя, то, значит, не сложилась та общественная позиция современного педагога, с высоты которой только и открывается высокое предназначение профессии. Лишь глубокое осознание и личностное принятие широких социальных требований: нравственная культура, высокая ответственность за формирование личности школьника позволяют учителю быть подлинным гуманистом и общественным деятелем и тем самым соответствовать запросам времени.

Научно-технический процесс внес серьезные коррективы в понимание сущности педагогического профессионализма. С одной стороны, в современных условиях во всех сферах науки и культуры углубляется специализация, поэтому и учитель часто оценивается как предметник: преподаватель математики, литературы, химии или биологии. Стремительное развитие наук постоянно подгоняет учителя, вынуждает его не довольствоваться только учебниками, так что быть сегодня хорошим предметником совсем не просто. Но, с другой стороны, нельзя забывать, что учитель остается воспитателем, вателем мировоззрения учащихся.

Проникновению в сущность профессионально-педагогических и нравственных проблем и нравственных отношений, характерных для деятельности учителя, призвано содействовать изучение на педагогических факультетах нашего университета курсов «Общей психологии» и «Возрастной и педагогической психологии». Вместе с тем важнейшей школой нравственного воспитания будущего учителя остаются нравственные и профессиональные идеалы, сформированные в школьные и студенческие годы, а также самостоятельная профессиональная деятельность во время педагогической практики.

Профессиональные идеалы, выступая в качестве эталонов поведения, способствует формированию личностных и профессиональных качеств будущего учителя. В качестве одного из способов перенятия таких свойств у идеальных для студентов педагогов мы исследовали феномен идентификации.

Под идентификацией мы понимаем способность человека представить себя на месте другого человека, это процесс объединения субъектом себя с другим индивидом на основании установления эмоциональной связи, а

также включение в свой внутренний мир и принятие как собственных норм, ценностей, образцов. Идентификация обеспечивает процесс взаимоотношения и вызывает содействующее поведение (гуманность, альтруизм, эмпатия, коллективизм) [1, с. 6].

Идентифицируясь с передовыми представителями педагогической профессии, студент приобретает большую педагогическую устойчивость. При этом мы допускаем, что идентификация с идеальным учителем может быть как полной (абсолютное отождествление, уподобление образцу), так и неполной (нахождение у себя не всех профессионально-педагогических качеств личности учителя, а их определенной части, даже некоторых, и отождествление себя с личностью педагога на их основе). Эти совпадающие качества или параметры мы называем идентификационными.

Для определения сути изучаемого нами явления мы ввели термин «профессионально-педагогическая идентификация», под которым имеем в виду отождествление себя, собственных личностных профессионально-педагогических качеств с личностью или профессиональными качествами представителей педагогической профессии [3, с. 101].

В структуре профессионально-педагогической идентификации мы выделяем следующие объекты идентифицирования студентов: с родителями-учителями; с учителями школьных лет; с передовыми учителями (новаторами); с преподавателями вуза; с учителями школ, в которых проходит педагогическая практика; со студентом-лидером [2, с. 50]; с героем художественной литературы или с персонажем кинофильма и т. д.

Мы выявили также факторы, способствующие или препятствующие идентификационному процессу у студентов. Независимо от того, кто является субъектом идентификации, факторами, способствующими возникновению и проявлению идентификации являются наличие сходства в развитии или не развитии профессиональных качеств, совпадение интересов, взглядов, проявления уважения, симпатии, сочувствия, сопереживания к объекту, а также факторы как наличие различия, несовпадение интересов, жизненных планов, установок, антипатия, безразличие мешают возникновению явления идентификации.

Идентификация как внутренний психологический механизм может воздействовать на образ личности. Посредством анкетного опроса мы выявили у студентов – будущих учителей русского языка и литературы, а также будущих учителей начальных классов – объекты идентификации, повлиявших на выбор профессии. Анкета включала в себя пять вопросов:

1. Кто больше повлиял на формирование у Вас положительного отношения к работе педагога при выборе профессии?

2. Кто теперь влияет больше на Ваше положительное отношение к педагогической профессии, с кого Вы берете пример, кто является для Вас образцом профессиональной деятельности?

3. Укажите людей, которые в первую, вторую, третью, четвертую и т. д. очередь повлияли и влияют на Ваш выбор профессии учителя?

4. Кто для Вас является идеальным учителем – конкретное лицо или собирательный образ?

5. В чем выражается Ваше отношение к идеалу учителя?

Мы предположили, что в качестве объектов, способных оказывать воздействие на выбор профессии студентами могут выступить родители; учителя школьных лет; герои художественных произведений и кино; передовые учителя (новаторы); преподаватели вуза; учителя, с которыми студенты встречались во время педагогической практики; однокурсники; студенческая группа, членом которой является студент.

Всего нами было изучено 412 анкет. На вопрос анкеты «Кто больше повлиял на формирование у Вас положительного отношения к работе педагога при выборе профессии?» – мы получили следующие результаты (см. табл. 1).

Таблица 1

Результаты исследования влияния различных значимых людей на формирование положительного отношения к работе учителя при выборе профессии (в % от общего числа студентов по курсам)

Объекты влияния \ Курс	I	II	III	IV
Родители	44,0	42,5	33,6	47,0
Школьные учителя	53,0	45,5	48,4	47,7
Герои художественных фильмов	-	8,4	4,8	1,2
Герои художественной литературы	2,2	2,2	2,4	2,4
Передовые учителя (новаторы)	1,1	-	4,8	2,4
«Сам (сама)выбрал? (-а?)»	3,3	2,2	-	-

Учителя школьных лет, несомненно, являются основной воздействующей силой на выбор профессии учителя, – как видно из таблицы 1, больше всего студенты всех курсов указывают на них в качестве объектов влияния. Родители тоже оказывают существенное влияние на выбор профессии.

Для выявления воздействующих на студента в настоящее время был включен в анкету вопрос «Кто теперь влияет больше на Ваше положительное отношение к педагогической профессии, с кого Вы берете пример, кто является для Вас образом профессиональной деятельности?» (см. табл. 2).

Таблица 2

*Результаты ответов, полученные на вопрос «Кто теперь влияет больше на Ваше положительное отношение к педагогической профессии, с кого Вы берете пример, кто является для Вас образцом профессиональной деятельности?»
(в % от общего числа студентов по курсам)*

Объекты влияния \ Курс	I	II	III	IV
Родители	28,6	13,3	14,4	20,0
Школьные учителя	46,0	22,4	13,8	22,2
Преподаватели вуза	25,4	62,0	55,8	43,2
Учитель по практике	-	-	4,6	9,4
Студенты-однокурсники	-	4,0	5,4	8,2

В процессе учения в университете усиливается влияние вузовских преподавателей на отношения студентов к педагогической профессии. Это объясняется тем, что они являются конкретными, актуальными представителями педагогической профессии. Причем, это воздействие имеет тенденцию роста с I по II курс (с 25,4% на I курсе 62,3% на II и 53,8% на III курсе), затем наблюдается снижение, что связано, с одной стороны, появлением педагогического самосознания, с другой – появлением и усилением влияния новых объектов – учителей школы, кого узнал студент во время педагогической практики, а также студентов-однокурсников, оказывающих заметное влияние на формирование у них профессионально-педагогической направленности. Подобным образом меняется с курса на курс, снижаясь с первого на третий курс, (с 46,0% на I курсе до 19,8 – на III курсе), а за тем повышаясь (22,2% на IV курсе) влияние учителей школьных лет. Это мы связываем с постепенным приобретением студентами собственного опыта педагогической деятельности. Значимость объектов влияний на субъект выявлялись нами посредством следующей процедуры в анкете – от студентов требовалось проранжировать по степени воздействия различных объектов, повлиявших на выбор профессии (табл. 3).

Таблица 3

Результаты ранжирования студентами объектов, оказывающих влияние на выбор профессии учителя (в % от общего числа студентов по курсам)

Объекты влияния \ Курс	I	II	III	IV
Передовые учителя (новаторы)	5	6	4	8
Герои фильмов и литературы	4	4	5	5
Учителя школьных лет	1	1	1	2
Учителя на педагогической практике	8	5	7	3
Родители	2	2	2	1

Преподаватели вуза	3	3	3	4
Студенты-однокурсники	6	7	6	6
Студенческая группа	7	3	3	7

Из таблицы 3 видно, что на всех курсах у абсолютного большинства студентов первые строки в ранговом ряду занимают или родители и родственники (кроме матери и отца мы сюда же включили немногочисленные указания на другую родню – брат, сестра, бабушка, дедушка, дядя) или учителя школьных лет. Естественно, влияние школьных учителей на молодых людей, стремящихся получить педагогическую специальность, велико. С момента выбора профессии образ наставника окрашивает все поведение и деятельность будущих учителей. Говоря о высоком рейтинге родителей, хотелось бы отметить, что наши испытуемые в большинстве представители народностей, живущих в Узбекистане, где традиционно высок авторитет старших – тем более, родителей. Хотя по нашим данным, не все родители являются по профессии учителями, их слушаются, особенно по такой важной проблеме как выбор профессии среди наших испытуемых имеется определенный процент, для которых родители или их профессиональные и нравственные качества являются образцами для поведения и профессиональной деятельности. Приводим некоторые отзывы из ответов студентов: 1. «...на меня оказывает большое влияние моя мама – педагог. С нее я беру пример во всем, и она является для меня образцом профессиональной деятельности». (Гуля Д. – I курс). 2. «... Большое влияние на меня оказывает моя мама. Она сама много лет проработала в школе, любит детей, добросовестная, доброжелательная. Эта профессия мне нравилась с детства, я бы тоже хотела стать такой же учительницей. Я всегда беру пример с матери» (Нигора Ш. – III курс). 3. «Мой отец – педагог с большим стажем. Он привил мне любовь к этой благородной профессии, он является для меня идеальным учителем» (Акрам А. III курс). 4. « На меня большое влияние оказывает моя мать – учительница русского языка. Я с нее беру пример, я всегда слушаюсь ее советов...» (Райхон М. – III курс).

Как уже указывалось, идентификация может быть полной, неполной и частичной. Мы приведем некоторые качества учителей, выступающих в качестве идентификационных в работах студентов. Причем, наряду с профессиональными качествами студентами называются определенные нравственные свойства, относящиеся к общечеловеческим. Для иллюстрации приводим таблицу, где перечислены качества, выступившие идентификационными (табл. 4).

Таблица 4

Качества личности объектов, выступившие идентификационными

Группа	
Экспериментальная	Контрольная
Общительность	Сдержанность
Доброта	Аккуратность
Скромность	Находчивость
Трудолюбие	Честность
Правдивость	Находчивость
Чувство юмора	Веселость
Уравновешенность	Артистичность
Эрудиция	Хороший товарищ
Честность	Сильная воля
Находчивость	Скромность
Смелость	Ответственность
Принципиальность	Общительность
Коллективизм	Принципиальность
Верность	Трудолюбие
Доброжелательность	Организаторские качества

Студенты идентифицируют себя не с личностью идеала, а лишь с определенными его качествами (пример неполной, частной идентификации).

В своей статье мы постарались раскрыть лишь один из психологических факторов, способствующих профессиональному становлению нравственно развитой личности будущего учителя. В дальнейшем намечается исследование из ряда других факторов, так как проблема формирования всесторонне развитой, социально активной личности органически связано с задачей воспитания поколения молодых кадров, как указывает Президент Ш. М. Мирзиев, способных осуществить третий Ренессанс, и современный учитель призван способствовать формированию такой личности.

Список литературы

1. Водяха, С. А. Особенности ценностно-смысловой сферы студентов-психологов / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Психологическое благополучие современного человека : материалы Международной заочной научно-практической конференции. – Екатеринбург, 2019. – С. 216-225.
2. Дубовская, Е. М. Феномен идентификации в групповом лидерстве / Е. М. Дубовская, Р. Л. Кричевский // Вестник Люксембургского университета. Сер. 14. Психология. – 1980. – № 2. – С. 48-58.
3. Никереев, Е. М., Направленность личности и методы ее исследования : учебное пособие по дисциплине «Психология» / Е. М. Никереев. – Воронеж : МОДЭК, 2004. – с. 190.

Лыгина Екатерина Петровна,

студент, Волгоградский государственный социально-педагогический университет,
г. Волгоград, Россия

Калачев Антон Витальевич,

кандидат педагогических наук, доцент, Волгоградский государственный социально-педагогический университет, г. Волгоград, Россия

ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СЕМЬИ В УСЛОВИЯХ РАЗВИТИЯ ДЕПРИВАЦИИ СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В статье раскрывается проблема формирования эмоционального благополучия семьи в условиях развития депривации. Депривация рассматривается как длительное лишение в удовлетворении жизненно необходимых потребностей ребенка (потребность в любви, внимании, заботе). Акцентируется внимание на применении игрового эмоционального тренажера «KIDS» для эффективной результативности во взаимодействии семей в условиях депривации.

Ключевые слова: эмоциональное благополучие; семья; игровая деятельность; депривация; игровые эмоциональные тренажеры; психология семьи.

Lygina Ekaterina Petrovna,

Student, Volgograd State Social and Pedagogical University, Volgograd, Russia

Kalachev Anton Vitalievich,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Volgograd State Social and Pedagogical University, Volgograd, Russia

FORMATION OF EMOTIONAL WELL-BEING OF THE FAMILY IN THE CONDITIONS OF DEVELOPMENT OF DEPRIVATION BY MEANS OF GAME ACTIVITY

Abstract. The article reveals the problem of forming the emotional well-being of the family in the context of the development of deprivation. Deprivation is considered as a long-term deprivation in meeting the vital needs of the child (the need for love, attention, care). Attention is focused on the use of the emotional game simulator “KIDS” for effective effectiveness in the interaction of families in conditions of deprivation.

Keywords: emotional well-being; a family; play activity; deprivation; game emotional simulators; family psychology.

Семья – это одна из самых главных ценностей, вдохновляющих человека быть счастливым. В настоящее время система семейного воспитания активно трансформируется с размытием традиционных норм и моделей отношений, что связано с социально-демографической модернизацией общества. Значение воспитательной функции семьи утрачивается, что отрицательно воздействует на развитие и формирование личности ребенка, в итоге приводит к возникновению семейной депривации. Учитывая акту-

альность проблемы, целенаправленно разрабатывается инструментарий с применением инновационных технологий и средств в работе с семьями.

В Стратегии развития воспитания в РФ до 2025 года в качестве одной из приоритетных задач отмечена задача обеспечения поддержки семейного воспитания, содействия формированию ответственного отношения родителей или законных представителей к воспитанию детей. В Волгоградской области при содействии Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации реализуется межведомственная программа «Мир начинается с семьи», направленная на повышение качества оказания психолого-педагогической помощи на ранней стадии семейного неблагополучия. Активно разрабатываются просветительские психолого-педагогические программы, программы коррекции и развития отношений родителей и детей. Для понимания специфики разрешения проблемы, стоит учитывать особенности взаимоотношений семьи в условиях депривации [1].

«Искусство жить – умение сохранять внутреннее равновесие в текущее сейчас мгновение» – высказывание известного швейцарского психотерапевта и создателя цветодиагностики, Макса Люшера, символизирует ключевую цель в достижении эмоционально благополучных внутрисемейных отношений. Одним из главных условий эмоционального благополучия выступает удовлетворение потребности в любви и заботе, но исследователи, занимающиеся изучением проблем современной семьи, отмечают падение педагогического потенциала семейных ценностей. Возникает необходимость рассмотрения понятийно-категориального аппарата термина «депривация». А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых рассматривают это понятие как «лишение или ограничение возможностей удовлетворения жизненно важных потребностей». Другая классификация, представленная В. М. Сорокиным и В. Л. Кокоренко раскрывает следующий вид депривации, как материнская и семейная депривация, проявляющаяся в недостаточности материнского тепла и эмоционального резонанса в общении с ребенком, отсутствии родителей/матери (истинное сиротство) или отсутствие семьи при живых родителях (социальное сиротство), длительная сепарация от семьи/матери [3, с. 34].

Особое внимание к материнской депривации обращается В. С. Мухина в своих исследованиях, анализируя отношения между младенцем и матерью (либо человеком, ее заменяющим), рассматривает механизм идентификации как основной механизм социализации, что способствует стимуляции эмоционального развития ребенка. Отсутствие эмоциональных связей и не включение механизмов идентификации приводят к депривации.

Существует немало случаев развития детей в изоляции от человеческого общества, что подтверждает факт о том, отсутствие опыта общения с представителями тех или иных социальных ролей (отцом, матерью, братьями, сестрами) в дальнейшем отрицательно повлияет на благоприятное развитие психических процессов детей. Е. Г. Алексеенкова в своем науч-

ном труде «Личность в условиях психического депривации» приводит пример социальной депривации, проявляющейся в полном отсутствии развития коммуникативных способностей у детей: «около 400 лет назад один индийский падишах провел жестокий с современной точки зрения, эксперимент, который заключался в следующем, а именно были взяты маленькие дети различных национальностей и посажены в отдельные комнаты по одному. Им прислуживали немые слуги. За семь лет эксперимента дети ни разу не услышали человеческого голоса. Когда через семь лет к ним вошли люди, то вместо человеческой речи они услышали бессвязные вопли, крики и мычание» [3, с. 56]. Таким образом, необходимо осознать в чем именно будет выражаться конструктивное решение проблемы семейной депривации. В. М. Целуйко уделяет особое внимание в установлении стабильности семьи при совместных усилиях членов семейной группы, их стремлением к единству [10, с. 89].

Особую роль в специфике перестройки уже неблагоприятно сложившихся новообразований, стереотипов поведения, приводящих к возникновению паттернов поведения в условиях депривации, играет эмоциональная основа, то есть создание благоприятной развивающей обстановки для оптимизации форм родительского воздействия в процессе воспитания детей. Ю. Б. Гиппенрейтер разработала программу «Уроки общения», где затрагиваются такие проблемы как безусловное принятие ребенка, пути оказания помощи ребенку, способы эмпатийного слушания, формирование отношений к родительским чувствам, разрешение семейных конфликтов и установление семейной дисциплины. Применение методики «Семейная фотография» А. А. Осиповой позволяет изучить внутрисемейные отношения, понимание семейных традиций и устоев. «Семейная скульптура» предполагает воссоздание символизации внутрисемейных взаимоотношений, что позволяет понять какое место занимает каждый член семьи. «Создание аналогичных ситуаций» выражается в построении метафорических ситуаций, отражающих трудности семьи. «Экокарта» как методика, направленная на стимулирование разрешения напряжения, предполагает развитие личностных ресурсов семьи [6, с. 73].

Для успешного формирования эмоционального благополучия в семье в условиях развития депривации предусмотрена первичная диагностика. Первичная социальная диагностика детско-родительских отношений включает в себя социально-педагогическое изучение семьи (определение уровня функционирования семьи, педагогической культуры родителей, составление карты социальных контактов) и психолого-педагогическое изучение семьи (определение особенностей межличностных отношений, степени нарушения семейных связей, выявление трудностей в семейном взаимодействии).

В ходе тестирования семей в условиях развития депривации было предложено заполнить Google-форму, представляющую из себя перечень высказываний из теста-опросника родительского отношения (ОРО)

А. Я. Варга, В. В. Столина [5, с. 22]. Исследование проводилось в онлайн-формате в чате для мам/поддержка психолога 24/7, курвируемым школой развития эмоций в тестировании приняли участие 17 родителей. При проведении анализа и интерпретации результатов теста были сделаны следующие выводы:

2 опрошенных придерживаются к стилю семейного воспитания как «ПРИНЯТИЕ»;

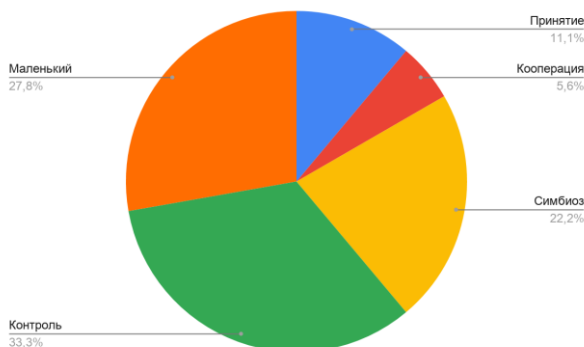
1 испытуемый – «Кооперация»;

4 испытуемых – «Симбиоз»;

6 испытуемых – «Контроль»;

4 испытуемых – «Маленький неудачник».

Результаты тестирования показывают, что среди опрошиваемых семей преобладает такой стиль родительского отношения, как «КОНТРОЛЬ». Таким образом, использование в работе средств игровой деятельности стабилизирует внутрисемейную ситуацию в условиях депривации.



Основная цель применения средств игровой деятельности заключается в формировании эмоционального благополучия семьи в условиях начавшейся депривации. Использование игрового тренажера по разработке тренера эмоционального интеллекта Л. Н. Депутатовой по проигрыванию ситуаций ребенка и родителя в разных эмоциях: страх, гнев, обида, позволит переосмыслить стиль родительского взаимодействия с детьми. Основные идеи, заложенные в игру, характеризуются основными принципами общения с ребенком: уважение к эмоциям, мнению, личности ребенка. Работа с тренажером предполагает ролевую игру участников, где отрабатываются навыки активного слушания, эмпатии, также способствует переоценки стереотипных ситуаций реагирования родителей на поведение детей.

Одним из условий достижения благополучного эмоционального состояния в семье заключается в следующем: «Чтобы успокоить ребенка, сначала надо успокоиться родителю». Рассматривают два подхода к выражению эмоций: первый – экологичное переживание эмоций, предполагает

ся использование телесно-ориентированной практики (дыхательные практики, физические упражнения и т. д.), логические упражнения, расфокусировка (Что Вы слышите, видите?); второй-управление выражения своих эмоций путем осознания и понимания как своих эмоций, так и других.

На начальном этапе игры происходит распределение ролей между родителями «Родитель» и «Ребенок». Игровое поле эмоционального тренажера включает себя следующие поля: «Вопросы родителю» (предполагается вытянуть карточку с вопросом и ответить на него), «Инструменты родителю» (позволяет рассмотреть в каких ситуациях следует использовать инструмент), «Эмпатия» (необходимо проговорить чувства ребенка и чувств родителя для формирования эмоциональной связи в детско-родительских отношениях), «Страхи» (предполагает прорабатыванию чувств и переживаний детей), «Стереотипы» (рассматриваются виды стереотипов: приказы, угрозы, нравоучения, запугивание, искаженные интерпретации, отрицание эмоций, готовые решения без учета мнения ребенка), «Отвлечения». В игровом взаимодействии родители стремятся отработать новые навыки коммуникации с детьми для применения их в ближайшее время в своей семье.

Таким образом, применения игрового тренажера KIDS приведет к превращению семей, склонных к депривации, в активных субъектов социально-педагогической деятельности, что будет стимуляцией к формированию эмоционального благополучия. И всеми известная фраза из советского фильма «Доживем до понедельника»: «Счастье – это когда тебя понимают», станет постулатом семьи.

Список литературы

1. Публичная декларация целей и задач комитета социальной защиты населения Волгоградской области. – Текст: электронный // Комитет социальной защиты населения Волгоградской области : [сайт]. – URL: <http://uszn.volgograd.ru/current-activity/analytics>.
2. Алексеева, Л. С. Социальные риски семей с детьми и меры по их предупреждению : научно-методическое пособие / Л. С. Алексеева. – М. : Государственный НИИ семьи и воспитания, 2000. – 136 с.
3. Алексеенкова, Е. Г. Личность в условиях психической депривации : учебное пособие / Е. Г. Алексеенкова. – М. [и др.] : Питер, 2009. – 96 с.
4. Бережкова, Е. И. Ценностные ориентации подростков из неблагополучных и благополучных семей / Е. И. Бережкова // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. – 2017. – № 4. – С. 9-16.
5. Баранчикова, К. М. Влияние детско-родительских конфликтов на развитие агрессии у подростков / К. М. Баранчикова // СТРИЖ. – 2020. – № 1 (30). – С. 21-26.
6. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо ; Творческий центр «Сфера», 2013. – 172 с.
7. Депутатова, Л. Н. Мотивация к труду в системе развития его творческой составляющей / Л. Н. Депутатова // Российское предпринимательство. – 2013. – № 4 (226). – С. 75-79.

8. Световец, М. С. Влияние детско-родительских отношений в семье на становление личности подростка / М. С. Световец // European science forum : сборник статей III международной научно-практической конференции (12 марта 2020 г.). – Петрозаводск, 2020. – С. 166-170.
9. Спиваковская, А. С. Обоснование психологической коррекции неадекватных родительских позиций / А. С. Спиваковская // Семья и формирование личности. – 2013. – С. 38-44.
10. Целуйко, В. М. Вы и ваши дети. Психология семьи / В. М. Целуйко. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2004.

Юлдашева Махлиё Бахтиёрвна,

преподаватель кафедры психологии, Ферганский государственный университет,
г. Фергана, Узбекистан; myuldasheva229@gmail.com

Эргашова Зарнигор,

студент, Ферганский государственный университет, г. Фергана, Узбекистан

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. Проблема агрессивного поведения подростков приобрела на сегодня острую социальную направленность. В последние годы научный интерес к проблемам подростковой агрессивности существенно возрос. В статье рассматриваются теоретические механизмы и проявления агрессии в подростковом возрасте.

Ключевые слова: подростки; психология подростков; саморефлексия; эмоциональные состояния; самоопределение личности; Я-концепция; личность подростка; подростковая агрессия; агрессивное поведение.

Yuldasheva Makhliyo Bakhtiyorovna,

Lecturer of Department of Psychology, Ferghana State University, Ferghana, Uzbekistan

Ergashova Zarnigor,

Student, Ferghana State University, Ferghana, Uzbekistan

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF AGGRESSION IN ADOLESCENTS

Abstract. The problem of aggressive behavior of adolescents has acquired an acute social orientation today. In recent years, scientific interest in the problems of adolescent aggressiveness has increased significantly. The article deals with the theoretical mechanisms and manifestations of aggression in adolescence.

Keywords: adolescents; psychology of adolescents; self-reflection; emotional states; self-determination of the individual; Self-concept; the personality of the teenager; teenage aggression; aggressive behavior.

Adolescence is characterized by the period between early adolescence and adulthood (youth). Scientists give different age limits for this period. For example, A. A. Smirnov distinguishes senior adolescence – 16-17 years, youth from 17 to 20-23 years [6, p. 88], R. V. Koziakov defines as the period after adolescence to adulthood (from 15-16 to 21-25 years old) [5, p. 93], L. S. Vygotsky – as a pubertat period (14-17 years) [4, p. 318].

The main neoplasm of adolescence is self-reflection, awareness of one's own individuality, the emergence of life plans, a readiness for self-determination, an attitude towards the conscious construction of one's own life. Formation of a more stable and independent self-concept, as well as a worldview in general, building a system of values.

In adolescence, motives related to the future begin to stimulate active learning activities. Differentiation of educational subjects into “necessary” and “unnecessary” is observed. Moreover, the main motive that characterizes such selectivity is the desire to acquire a profession. As noted by T. M. Urutin during this period, thinking takes on a personal and emotional character. The emotional state of a teenager is influenced by many different factors, including feelings about their own capabilities, abilities and personal qualities [7, p. 558].

Most experts believe that adolescence is a stage in a person's life when he has to make decisions about choosing a life path. This stage is characterized by the end of puberty, the functional development of tissues and organs, cardiovascular and respiratory systems, musculoskeletal system slows down. Mental processes develop through cognition, and the system of relations is built on the principle of “man-thing”. The psychological development of an individual is associated with a social developmental situation. This is due to the fact that a teenager is on the verge of entering an independent adult life. He has the opportunity to choose what he wants to do in the future. At the same time, a conscious understanding is already being formed that his future life will largely depend on his decisions. In adolescence, increased attention to their inner world and the desire for privacy [8, p. 79]. In this regard, the adult generation changes the requirement for a teenager: he must be prepared for work, for family life, become more responsible, be able to take responsibility for his actions, restrain his emotions and comply with the rules and norms established in society [1, p. 105].

In parallel with the accumulation of experience of interaction with other people, a more generalized, independent, realistic and stable self-concept is formed. The importance of one's own values for building self-image and self-esteem increases.

Common problems of adolescence:

- increased emotional excitability (change of mood, imbalance, anxiety, aggression);
- insufficient level of independence and responsibility;
- inadequate self-esteem;
- insufficient communication with peers;
- lack of formation of moral standards, principles, worldview;
- lack of specific life goals;
- excessive criticism towards yourself and (or) others;
- bad habits (habits in which there is still no dependence, but there is great interest) [2, p. 45].

One of the urgent problems of adolescence is the problem of aggressive behavior. Aggression (“agressio” (Latin) – attack) – destructive and motivated behavior that contradicts the norms and rules in society, causing physical harm to the objects of attack as well as moral damage to living beings (negative feelings, a state of depression, tension, fear, etc.) .

Aggressive behavior is a situational, social, psychological state immediately before or during an aggressive action. Many scientists and educators, not only of the present, but also of past years, have dealt with the problem of aggression. For example, A. Bass and A. Darks identified 5 types of aggression:

1. Physical aggression (physical actions against someone).
2. Irritation (irascibility, rudeness).
3. Verbal aggression (threats, shouts, swearing, etc.).
4. Indirect aggression, directed (gossip, malicious jokes) and undirected (shouting in the crowd, stomping, etc.).
5. Negativism (oppositional behavior) [3, p. 109].

Aggressive behavior or aggression is considered in the psychological and pedagogical literature as one of the forms of destructive behavior that contradicts social and moral norms, causes harm to people (physical or moral), causes them strong psychological discomfort. Deviant behavior can occur under the influence of a dysfunctional environment, style and circle of communication, lifestyle. It is important to maintain a normal microclimate in society. Otherwise, young people have a high probability of the emergence of alienation, rudeness, hostility, which in turn creates the preconditions for the emergence of aggressiveness and destructive actions, demonstrative dislike.

References

1. Andreeva, G. M. Social psychology: a textbook for higher educational institutions / G. M. Andreeva. – M. : Aspect Press, 2012. – 363 p.
2. Akhmetzyanova, A. I. Psychology of deviant behavior: interdisciplinary research and practice : collection of scientific papers of the First International Scientific School (Kazan, May 26-27, 2016) / A. I. Akhmetzyanova. – Kazan : Kazan University Press, 2016. – 156 p.
3. Bass, A. The concept of aggression / hostility : textbook / A. Bass, A. Darks. – Ekaterinburg, 2013. – 260 p.
4. Vygotsky, L. S. Psychology : textbook / L. S. Vygotsky. – M. : EKSMO-Press, 2015. – 1008 p.
5. Kozyakov, R. V. Social psychology : textbook / R. V. Kozyakov. – M. : Direct-Media, 2013. – 376 p.
6. Smirnov, A. A. Social psychology : textbook / A. A. Smirnov. – M. : Akademiya, 2015. – 355 p.
7. Urutina, T. M. Psychological features of the manifestation of aggression in youth / T. M. Urutina, S. O. Shchelina // Young Scientist. – 2015. – № 15. – P. 558-562.
8. Yuldasheva, M. B. Psychological study of the depth of loneliness experience in adolescence / M. B. Yuldasheva // Innovations in Pedagogy and Psychology. – 2019. – № 7. – P. 69-79.

Пятницкая Елена Владимировна,

кандидат психологических наук доцент, Балашовский институт (филиал) Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского, г. Балашов, Россия

Болотникова Юлия Александровна,

студент, Балашовский институт (филиал) Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского, г. Балашов, Россия

ВЗАИМОСВЯЗЬ МЫШЛЕНИЯ И ВНИМАНИЯ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ КАК АСПЕКТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ РЕБЕНКА

Аннотация. В статье рассматривается взаимосвязь мышления и внимания в младшем школьном возрасте. Определены понятия мышления, внимания и психологического благополучия, здоровья. В исследовании установлено: чем более выражено внимание у детей младшего школьного возраста, тем более развиты такие свойства мышления, как скорость, логичность и гибкость мышления. Данные критерии также могут изменяться в зависимости от уровня психологического здоровья ребенка.

Ключевые слова: мышление детей; внимание детей; психологическое здоровье; младшие школьники; психологическое благополучие; объем внимания.

Pyatnitskaya Elena Vladimirovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

Bolotnikova Yulia Aleksandrovna,

Student, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

THE RELATIONSHIP OF THINKING AND ATTENTION IN PRIMARY SCHOOL AGE BASED ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE CHILD

Abstract. The article examines the relationship between thinking and attention in primary school age. The concepts of thinking, attention and psychological well-being, health are defined. As a result, it was found that the more attention is expressed in children of primary school age, the more developed are such properties of thinking as speed, logic and flexibility of thinking. These criteria may also change due to the level of psychological health of the child.

Keywords: thinking of children; attention of children; psychological health; junior schoolchildren; psychological well-being; attention span.

Развитие мышления и внимания в младшем школьном возрасте – это одна из главных задач школьного образования, во многом определяющая психологическое благополучие ребенка. Овладение мыслительными опера-

циями напрямую связано с успехами в обучении детей разных возрастных категорий, особенно младшего школьного возраста. Данный возраст открывает большие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка благодаря высокой сензитивности этого возрастного периода [4].

Значительный вклад в изучение мышления внесли отечественные ученые: А. В. Брушлинский, Л. С. Выготский, П. Я. Гальперин, А. Н. Леонтьев, А. Р. Лурия, Л. В. Занков, В. В. Давыдов, В. Д. Шадриков, а также зарубежные: А. Бине, Д. Маккин Кеттел, Ж. Пиаже и др. Так Е. П. Ильин, И. Л. Баскакова, К. К. Платонов считают, что посредством внимания младший школьник получает информацию об окружающем его мире, о ценностях физической и социальной культуры, различных движениях. Это происходит в силу преобладания данного психического процесса в младшем школьном возрасте, что требует использования специальных дидактических средств в развитии внимания школьников начальных классов. В этом возрасте идет становление и развитие всех познавательных процессов.

Внимание – это избирательное и управляемое восприятие. Оно не только стимулирует и упрощает познание, но и оказывает огромное влияние на формирование отношения к объекту наблюдения. Проблемой изучения внимания занимались такие психологи, как Н. Н. Ланге, Д. Н. Узнадзе, Л. С. Выготский, Н. Ф. Добрынин, А. Р. Лурия, А. Н. Леонтьев и др. По мнению Выготского Л.С., формирование способности внимания – это необходимая основа хорошей обучаемости детей в школе [3]. Эти способности складываются из умения сосредоточено (не отвлекаясь) работать над заданием (концентрация внимания); держать в поле своего зрения всю необходимую информацию (объем внимания); выделять из отвлекающего окружения (фона) только ту информацию, которая необходима для учащихся, или задана (избирательность внимания). Как известно от степени развития внимания зависит успешность и качество образовательного процесса и сформированность двигательных и личностных качеств в целом [2].

Стоит отметить, что благоприятное развитие процессов мышления и внимания во многом зависит от психологического благополучия ребенка. Психологическое здоровье представляет собой динамическую совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, являющихся предпосылкой ориентации личности на выполнение своей жизненной задачи [5]. По мнению П. В. Андреева, уже с дошкольного возраста у ребенка формируется готовность к взаимопомощи, что значительно повышает качество усвоения учебного материала и активизирует психические процессы [1].

Экспериментально-психологическое диагностирование с использованием следующих методик: «Корректурная проба Бурдона», «Изучение скорости мышления» (Б. Д. Карвасарский), «Простые аналогии» (И. Ю. Кулагина, В. Н. Калюцкий).

Анализируя полученные результаты диагностики «Изучение скорости мышления» Б. Д. Карвасарского, были сделаны следующие выводы. Среднее значение по группе респондентов – 28,3 из 40 возможных, что говорит о высокой скорости мышления. При этом минимальный балл по группе – 17, максимальный – 34. Можно сделать вывод о том, что у 85% обучающихся данной выборки высокий уровень скорости мышления, в то время как у 10% испытуемых скорость мышления на достаточном уровне, а у 5% на среднем уровне. Стоит отметить, что отсутствуют обучающиеся с низким и недопустимым уровнями скорости мышления. Следовательно, можно сказать, что у большинства обучающихся скорость мышления на высоком уровне.

Причинами таких высоких результатов может быть сформированный навык работы в условиях ограничения времени. Отметим, группа респондентов с высоким уровнем сформированности скорости (быстроты) мышления обрабатывает информацию довольно быстро и даже импульсивно. Этим обучающимся будет легче найти выход из трудной ситуации, они смогут быстрее справиться с трудной задачей или заданием. Быстрота или скорость мышления – это способность быстро разобраться в сложной ситуации и найти правильные решения в условиях дефицита времени. Это так же характеризуется благоприятным психологическим состоянием ребенка.

Анализируя полученные данные по методике «Простые аналогии» И. Ю. Кулагиной, В. Н. Калюцкого, были получены следующие результаты.

Среднее значение по группе респондентов – 11,6 из 32 возможных, что говорит о достаточном уровне гибкости и логичности мышления. При этом минимальный балл по группе – 2, максимальный – 27. Можно сделать вывод о том, что у 40% обучающихся данной выборки низкий уровень логичности и гибкости мышления, в то время как у 30% испытуемых логичность и гибкость мышления на среднем уровне, у 25% на недопустимом уровне, у 5% на достаточном уровне. Стоит отметить, что отсутствуют обучающиеся с высоким уровнем логичности и гибкости мышления. Преобладает процент обучающихся с низким уровнем логики и гибкости мышления. Причинами таких низких результатов может быть то, что на уроках педагог использует однообразные задания для детей, решают подобные задачи, выполняют одни и те же виды деятельности.

Анализ особенности основных свойств внимания в младшем школьном возрасте позволил нам сделать вывод о том, что четверть испытуемых (25%) имеют высокий уровень развития переключения внимания. Такие дети, как показала практика, обладают способностью быстро выключаться из одних установок и включаться в новые, соответствующие изменившимся условиям. Высокая переключаемость означает сознательное и осмысленное переключение с одного объекта на другой. В целом же, можно заключить, что в классе преобладает средний уровень развития переключения внимания (55%), а низкий уровень характерен для пятой части испытуемых (20%).

Более чем для половины испытуемых характерным является высокий уровень концентрации зрительного внимания (60%) и только у 15% опрошенных была зафиксирована низкая концентрация внимания.

Кроме того, было зафиксировано, что для младших школьников характерным является средний уровень устойчивости внимания, высоким уровнем устойчивости обладает лишь треть испытуемых (35%), а низким – лишь 15%.

По результатам статистической обработки данных с помощью критерия корреляции Спирмена можно отметить, что существует положительная статистически достоверная взаимосвязь между уровнями свойств мышления и отдельными свойствами внимания школьников младших классов.

В исследовании выявлены следующие взаимосвязи.

Чем выше скорость мышления, тем более развиты переключаемость внимания ($p \leq 0,791$), концентрация зрительного внимания ($p \leq 0,853$), устойчивость внимания ($p \leq 0,686$).

Чем более развиты логичность и гибкость мышления, тем сильнее выражены переключаемость внимания ($p \leq 0,825$), концентрация зрительного внимания ($p \leq 0,707$), устойчивость внимания ($p \leq 0,829$).

Чем выше общий уровень мышления, тем более развиты переключаемость внимания ($p \leq 0,959$), концентрация зрительного внимания ($p \leq 0,87$), устойчивость внимания ($p \leq 0,935$).

Таким образом, на основе проведенного исследования, можно отметить, что чем более выражено внимание у детей младшего школьного возраста, тем более развиты такие свойства мышления, как скорость, логичность и гибкость мышления. В частности, при развитии внимания, свойства мышления будут пропорционально увеличиваться. Благоприятность развития данных процессов в некоторой степени зависит от психологически-благоприятного состояния ребенка.

Список литературы

1. Андреев, П. В. Психолого-педагогические условия развития психологической готовности дошкольников к взаимопомощи : дис. ... канд. психол. наук / П. В. Андреев. – Самара, 2008. – 186 с.
2. Буина, А. В. Роль индивидуально-типологических свойств личности в развитии внимания младших школьников / А. В. Буина. – Архангельск : Издательство РАО, 2019. – 248 с.
3. Выготский, Л. С. Психология внимания: развитие высших форм внимания в детском возрасте / Л. С. Выготский. – М. : АСТ ; Астрель, 2008. – С. 671-701.
4. Гусова, А. Д. Исследование связи эмоционального состояния и мышления у детей 6-10 лет / А. Д. Гусова // Язык и актуальные проблемы образования. – 2019. – № 4. – С. 273-276.
5. Прохорова, О. Г. Психология семьи. Психологическое здоровье / О. Г. Прохорова. – М. : Юрайт, 2019. – 152 с.

Закирова Мухаббат Сабировна,

старший преподаватель, Ферганский государственный университет, г. Фергана, Узбекистан

РОЛЬ УЗБЕКСКИХ И РУССКИХ НАРОДНЫХ СКАЗОК В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА

Аннотация. В данной статье изложен теоретический анализ роли ценностей в формировании личности ребенка и влияние сказок на формирование морально-нравственных качеств у ребенка. Приведены результаты научного исследования по данной проблематике.

Ключевые слова: ценностные ориентации; формирование личности; устное народное творчество; сказки; русский фольклор; узбекский фольклор; нравственные качества; духовная зрелость; культурное наследие.

Zakirova Mukhabbat Sabirovna,

Senior Lecturer, Ferghana State University, Ferghana, Uzbekistan

THE ROLE OF UZBEK AND RUSSIAN FAIRY TALES IN THE FORMATION OF THE PERSONALITY QUALITIES OF THE CHILDREN

Abstract. This article reflects the theoretically analyzes of the role of values in the formation of a child's personality and the influence of fairy tales on the formation of moral qualities of children. Scientific reacerch results on this problem are given.

Keywords: value orientations; personality formation; folklore; fairy tales; Russian folklore; Uzbek folklore; moral qualities; spiritual maturity; cultural heritage.

В настоящее время государством Узбекистан особое внимание уделяется вопросу образования и воспитания молодежи. Поставлена задача воспитания детей на основе богатого национального, культурно-исторического духовного и нравственного наследия и общечеловеческих ценностей. Другой важной задачей является подготовка подрастающего поколения к профессиям будущего, формирование у них компетенций XXI в. [4, с. 189], а также обеспечение психологического благополучия.

В связи с поставленными задачами в систему дошкольного образования Республики Узбекистан внедрена Государственная программа «Илк кадам» («Первый шаг»), в которой основным принципом организации образовательного процесса в государственных образовательных дошкольных учреждениях является повышение ценности национально-культурных традиций и уважение к культуре других народов, учет их особенностей в обучении и воспитании ребенка. Также сделан упор на компетентностый подход, согласно которому предполагается формирование деятельности по освоению ребенком основных морально-нравственных качеств, способов общения с другими людьми, построением образа «Я» в структуре личности ребенка.

Национальные ценности, обычаи, традиции, обряды и праздники важны для духовного совершенствования молодежи. В них проявляется национальный дух и духовный мир узбекского народа, которые прочно закрепляются в сознании в дошкольном возрасте. Самосознание является важным процессом в совершенствовании человека и одна из главных задач духовно-нравственного воспитания. Потому что только духовно и нравственно зрелый человек осознает свою сущность. Человек, который понимает себя, будет всесторонне развитым, у него проявляется высокий уровень самосознания, он глубоко понимает свой человеческий долг. Одним из факторов являются национальные ценности. Национальные ценности, можно сказать, являются самым важным, решающим инструментом среди них. Высшие ценности отражают самобытность, образ жизни, историю нации [3, с. 169].

«Духовные ценности» – это понятие, относящееся к нравственному образу человека, общественной жизни, сознанию и взаимоотношениям, общечеловеческим и национальным проявлениям духовных качеств и атрибутов, сформированных под влиянием развития и жизни общества. Духовный образ человека основан на его вере, честности, сострадании, справедливости и правдивости, патриотизме, уважении к взрослым и уважении к детям [2, с. 53]. Национальные ценности каждого народа также нашли отражение в устном фольклоре, в котором важное место принадлежит сказкам. Роль сказок важна в формировании у ребенка нравственных и духовных качеств, книголюбия.

Л. Ю. Абдукадилова и Мирзажоннова считают, что «человек, который не читает книг, затрудняется в выявлении и нахождении оптимальных способов решения важных социальных проблем. В результате члены обществ, не любящих читать книги, вынуждены быть зависимыми от обществ, члены которых любят читать книги, что обеспечивает им превосходство в достижениях в научной, культурной, экономической и других сферах. Так как именно книги, в какой бы форме в электронной или традиционной (бумажной) они ни были, письменные источники (рукописи, дневники, личная и деловая переписка), ... содержат в себе социальный опыт прошлого, настоящего, будущего и служит бесценным источником информации и наследием для последующих поколений» [4, с. 190].

Дошкольный возраст предусматривает формирование с самого *раннего возраста* следующих духовно-нравственных качеств ребенка: научить действовать по смыслу слов «можно», «нельзя», «нужно», «надо»; развитие навыков приветствия, прощания и выражения благодарности; от детей требуется, чтобы они говорили спокойно, не шутили, внимательно слушали, что говорят взрослые, привыкали к выполнению заданий, развивали навыки общения и солидарности; нужно всегда мыть руки, а затем садиться за стол, не тянуться к столу раньше взрослых, просить взрослых передать хлеб и принести ложки; не трогать части тела во время еды, держать ложку в правой руке и есть медленно; быть вежливым дома, в детском са-

ду и в общественных местах; не тратить время зря; понимать разницу между словами «хорошо» и «плохо», различать возможные и невозможные действия; уважать старших, прикладывать руку к груди, произнося слова «ассаламу алейкум»; заботиться о малышах, быть щедрыми; ребенок в процессе игры должен быть в гармонии со своими товарищами и быть в разумных отношениях, ладить со своими сверстниками в игре, обращаться с ними вежливо; быть трудолюбивым;

С детьми среднего возраста следует проводить следующие виды работ и развивать качества: для увеличения словарного запаса детей необходимо регулярно читать им образцы народного творчества (сказки, загадки, народные песни), объяснить значение некоторых слов в них; создавать среду, которая будет способствовать пересказыванию содержания произведений; воспитывать в детях доброту к окружающим, к сверстникам; прививать детям умения вести себя в общественных местах, в гостях; воспитывать в детях уважение к старшим и обращаться к ним на «вы». здороваться по утрам и желать спокойной ночи по вечерам; учить детей говорить «спасибо» за помощь и внимания со стороны взрослых; нужно воспитывать и учить детей быть благодарными, щедрыми, добрыми, заботливыми по отношению к своим сверстникам и младшим; в детях нужно воспитывать такие качества, как трудолюбие, усидчивость, опрятность, аккуратность и самостоятельность.

В старшей группе необходимо проводить следующую работу: знакомить с историческими памятниками, архитектурными и мемориальными сооружениями; требуется на основе примеров устного творческого наследия узбекского народа пробудить в сердцах детей любовь к своему народу, чувство национальной гордости; формирование у детей качеств трудолюбия, самостоятельности, удовлетворенности результатами труда. Дисциплина, аккуратность, формирование культуры выбора трудовой деятельности в соответствии со своим полом; формировать культуру поведения за дастарханом (столом), обращая внимание детей на необходимость проявлять уважительное отношение к старшим, которых надо посадить на почетное место, начинать есть только после того, как это сделают старшие; ухаживать во время трапезы за младшими, при этом соблюдать нормы этики и эстетики; развивать художественный вкус; обучить дифференциации таких систем оценивания, как «хорошее» и «плохое»; необходимо прививать им чувства национального патриотизма, мужества, отваги; формировать любовь к творчеству через чтение и сочинение сказок, стихов, загадок.

В период подготовки к школе сформировать у ребенка представления об Узбекистане. При этом особое внимание уделять формированию чувства любви к Родине, формированию первичных представлений о народе, нации, стране; пробудить в детях чувства военного патриотизма, мужества и отваги; объяснить, что труд является основным источником удовлетворения человеческих потребностей. Воспитание в детях чувства прекрасного, чисто-

любия; с помощью произведений искусства развивать у детей словарный запас, духовный и эстетический мир, а также прививать особенности национальной морали и норм; поддерживать порядок и чистоту в общественных местах, дома, вести себя скромно, не ссориться с другими; пробудить в детях интерес и любовь к национальному наследию узбекского народа, образцов устного народного творчества, классической литературы и современных поэтов и писателей; приучить чувства к образному выражению, представленного в сказках, пословицах, загадках; обратить особое внимание на то, чтобы дети глубже понимали суть событий, отраженных в классических прозаических произведениях, думали о причинах и последствиях конфликтов между главными героями, делали самостоятельные выводы.

Целью нашего исследования было изучение влияния человеческих ценностей на формирование личности ребенка. Для этого было изучено влияние узбекских и русских народных сказок на формирование личностных качеств у ребенка, представленность образов героев узбекских и русских народных сказок в детском воображении и роль личностных качеств героев в формировании личности ребенка.

Для исследования были отобраны по 15 детей из каждой группы 4, 5, 6-летних детей. Детям были прочитаны узбекские и русские народные сказки. На первом этапе детей расспрашивали сначала о персонажах сказок, а затем о присущих им качествах. На этой основе были проанализированы полученные результаты.

Таблица 1

*Анализ ответов детей 5-летнего возраста на вопрос
«На какого героя хочешь быть похож?»*

№	Девочки		Мальчики	
	Имя героя сказки	Расчет в процентах (%)	Имя героя сказки	Расчет в процентах (%)
1.	Старуха волшебница	13	Верно	13
2.	Малика	13	Фермер («Золотой арбуз»)	13
3.	Зумрад	13	Маленький Силач	13
4.	Красная шапочка	13	Человек-Паук	13
5.	Белоснежка	13	Борец	7
6.	Золушка	7	Старик («Богатый и щедрый»)	7
7.	Добрая девочка	7	Петух	7
8.	Барно	7	Вежливый мальчик	7

9.	Старушка («Колобок»)	7	Золотая рыбка	7
10.	Аист	7	Старик (Зумрад и Киммат)	7
11.			Не ответил	7

Таблица 2

*Анализ ответов детей 6-летнего возраста на вопрос
«На кокого героя хочешь быть похож?»*

№	Девочки		Мальчики	
	Имя героя сказки	Расчет в процентах (%)	Имя героя сказки	Расчет в процентах (%)
1.	Зумрад	26	Маленький Силач	33
2.	Старуха волшеб- ница	20	Верно	20
3.	Золушка	13	Борец	7
4.	Принцесса	7	Старик («Золотая рыбка»)	7
5.	Девушка ткачиха ковров	7	Алпомиш	7
6.	Белоснежка	7	Человек-Паук	7
7.	Красная шапочка	7	Принц	7
8.	Усталая девочка	7		
9.	Принцесса Васи- лиса	7		

Таблица 3

*Анализ ответов детей 5-летнего возраста на вопрос
«Какие качества героя тебе нравятся?»*

№	Девочки		Мальчики	
	Имя героя сказки	Расчет в процентах (%)	Имя героя сказки	Расчет в процентах (%)
1.	Трудолюбивый	66	Сильный	66
2.	Хороший	53	Защищает других	66
3.	Добрый	53	Верно	53
4.	Милосердный	20	Добрый	20
5.	Воспитанный	13	Хороший	13
6.	Красивый	13	Щедрый	13
7.	Щедрый	7		

Таблица 4

*Анализ ответов детей 6-летнего возраста на вопрос
«Какие качества героя тебе нравятся?»*

№	Мальчики		Девочки	
	Имя героя сказки	Расчет в процентах (%)	Имя героя сказки	Расчет в процентах (%)
1.	Добрый	66	Смелый	53
2.	Трудолюбивый	53	Сильный	53
3.	Заботливый	53	Милосердный	33
4.	Воспитанный	33	Щедрый	20
5.	Хороший	20	Добрый	20
6.	Милосердный	20	Воспитанный	20
7.	Красивый	13	Уважение к взрослым	13
8.	Нежный	13	Трудолюбивый	13
9.	Уважение к другим	13	Защита других	7
10.	Аккуратный	13	Терпеливый	7
11.	Щедрый	7	Профессиональный	7
12.	Образованный	7	Защищает самых маленьких	7

На основании полученных результатов были сделаны следующие выводы:

1. Национальные ценности – один из важнейших инструментов личностного развития детей и формирования положительных качеств личности. Использование сказок в воспитании детей доставляет детям удовольствие. Они учатся различать положительные и отрицательные человеческие качества и поведение.

2. Сказки – это важное средство ознакомления детей с окружающим миром и межличностными отношениями. Использование сказок вызывает положительные эмоции у детей, доставляет им большое удовольствие. С помощью сказок можно легко влиять на поведение ребенка без волевых усилий. Таким образом, дети знакомятся с жизнью и межличностными отношениями. Они учатся отзывчивости и находчивости.

3. С возрастом ребенок постепенно понимает сущность и значение тех или иных качеств личности. В этом процессе ребенок понимает сущность понятий «хорошо» и «плохо» и начинает их сравнивать. В этом большая роль принадлежит народным сказкам.

Список литературы

1. Государственная учебная программа дошкольного образования «Илк кадам» («Первый шаг») (Утверждена решением Коллегии Министерства дошкольного образования Республики Узбекистан от 7 июля 2018 года № 4 и рекомендована к публикации) / И. В. Грошева, Л. Г. Евстафьева, Д. Т. Максмудова, Ш. Б. Набиханова, С. В. Пак, Г. Е. Джанпеисова. – Ташкент, 2018.

2. Назаров, Қ. Қадриятлар фалсафаси / Қ. Назаров. – Тошкент, 2011.
3. Закирова, М. Шахсинг шаклланишида миллий қадриятларнинг ўрни / М. Закирова, Н. Джухонова // Илмий ахборотнома. Гуманитар фанлар серияси. – 2017. – № 4 (104).
4. Abdukadirova, L. Yu. The importance of reading competencies in the context of the “industry 4.0” industrial revolution / L. Yu. Abdukadirova, E. T. Mirzajonova // Academia: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2021. – Vol. 11, Issue 1. – P. 189-190.

Чиркова Вера Сергеевна,

студент, Воронежский государственный университет, г. Воронеж, Россия

Гайдар Карина Марленовна,

доктор психологических наук, доцент, Воронежский государственный университет, г. Воронеж, Россия

ИРРАЦИОНАЛЬНЫЕ УБЕЖДЕНИЯ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СХЕМЫ У ЛИЦ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РЕФЛЕКСИВНОСТИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Аннотация. В статье рассмотрены такие психологические понятия, как иррациональные убеждения, эмоциональные схемы, рефлексивность. Рефлексивность понимается как системообразующий фактор, уровень развития которого влияет на эмоциональное благополучие личности через рациональность/иррациональность убеждений, адаптивность/дезадаптивность эмоциональных схем. В результате теоретического анализа проблемы иррациональных убеждений и эмоциональных схем у лиц с разным уровнем рефлексивности установлено, что только системная рефлексия выполняет продуктивную функцию, снижая степень дезадаптивности эмоциональных схем и иррациональности убеждений.

Ключевые слова: иррациональные убеждения; эмоциональные схемы; когнитивно-поведенческий подход; эмоциональное благополучие; рефлексия; уровни рефлексивности.

Chirkova Vera Sergeevna,

Student, Voronezh State University, Voronezh, Russia

Gaidar Karina Marlenovna,

Doctor of Psychology, Associate Professor, Voronezh State University, Voronezh, Russia

IRRATIONAL BELIEFS AND EMOTIONAL SCHEMAS IN INDIVIDUALS WITH DIFFERENT LEVELS OF REFLEXIVITY: THEORETICAL ANALYSIS

Abstract. The article deals with such psychological concepts as irrational beliefs, emotional schemas, and reflexivity. Reflexivity is understood as a system-forming factor, the level of development of which affects the emotional well-being of the individual through the rationality/irrationality of beliefs, adaptability/maladaptivity of emotional schemas. As a result of the theoretical analysis of the problem of irrational beliefs and emotional schemas in individuals with different levels of reflexivity, it was found that only systemic reflection performs a productive function, reducing the degree of maladaptivity of emotional schemas and irrationality of beliefs.

Keywords: irrational beliefs; emotional schemes; cognitive-behavioral approach; emotional well-being; reflection; levels of reflexivity.

Вопросы, касающиеся того, каким образом человек структурирует окружающую действительность и как это определяет его эмоциональные и поведенческие реакции, не теряют своей актуальности в связи с тем, что

общество постоянно повышает требования к эффективности поведения людей и их деятельности, в том числе познавательной. Когнитивная сфера личности до сих пор не изучена в полной мере. Одно из современных направлений ее исследования – изучение иррациональных убеждений и эмоциональных схем. Согласно А. Эллису [6; 7], природе человека присуща как рациональность, так и иррациональность. Последняя проявляется в виде иррациональных убеждений и дезадаптивных эмоциональных схем, имеющихся у личности, и может негативно влиять на различные аспекты жизни, в частности на эмоциональное благополучие субъекта.

Необходимо отметить, что на современном этапе развития психологии увеличивается число исследований, посвященных природе эмоций, эмоциональному интеллекту, однако изучение эмоциональных схем как метакогнитивного взгляда на эмоции только начинается. Иррациональные / рациональные убеждения и эмоциональные схемы представляют собой сложноорганизованную систему, центрированную вокруг системообразующего фактора. Мы предполагаем, что им может являться рефлексивность. Так или иначе, о развитии данного психического свойства, но в других терминах, говорили еще древние философы, особенно восточные. На современном этапе развития науки рефлексивность, а также ее частное проявление в виде осознанности привлекает внимание многих исследователей. Свойство рефлексивности весьма ценится в обществе. Многие стремятся повысить ее уровень, чтобы быть более здоровым и продуктивным. В различных исследованиях отмечается эффективность подобных практик.

В качестве проблемы нашего исследования мы выделили противоречие в его предмете. Так, согласно А. Беку и А. Рашу, когнитивная сфера личности включает большое количество схем. Они подразделяются на общие (в их состав входят и иррациональные убеждения) и специфические (например, эмоциональные схемы) [5]. Одни могут конкурировать друг с другом, а другие активироваться в ответ на актуализацию иной схемы. Именно поэтому мы рассматриваем эти феномены в комплексе. Рефлексивность же представлена как измеримое психическое свойство индивида. Основное противоречие кроется в том, каким образом уровень развития рефлексивности влияет на иррациональность/рациональность убеждений и адаптивность / дезадаптивность эмоциональных схем. С одной стороны, высокий уровень развития рефлексии может отвечать за рациональность убеждений, адаптивность эмоциональных схем, ведь субъект достаточно полно осознает происходящее в своем внутреннем мире и может оценивать собственные психические явления отстраненно, более объективно. С другой стороны, высокий уровень развития рефлексии может принимать формы самокопания, самокритики, что не соотносится с умением смотреть на вещи, события, собственные эмоции в рациональном, соответствующем реальности ключе.

Теоретическую базу исследования составили концептуальные идеи рационально-эмоционально-поведенческой психотерапии А. Эллиса, ко-

гнитивной психотерапии А. Бека, терапии эмоциональных схем Р. Лихи, дифференциальная модель рефлексии Д. А. Леонтьева, теоретические положения о рефлексивности как психическом свойстве А. В. Карпова, об уровнях организации когнитивных процессов А. Б. Холмогоровой.

Наше исследование отличается новизной, что проявляется в раскрытии особенностей иррациональных убеждений и эмоциональных схем в соответствии с уровнем развития рефлексивности, детальном рассмотрении данного соотношения, а также в систематизации теоретических представлений, касающихся темы исследования. Ранее иррациональные убеждения трактовались в контексте влияния иррациональных убеждений родителей на иррациональные убеждения детей, исследовалась их взаимосвязь с психологическими защитами. Эмоциональные схемы изучались в их связи с расстройствами личности, зависимостью, удовлетворенностью межличностными отношениями, тревогой, депрессией, а также шел поиск их внутренних связей друг с другом.

Рефлексивность изучалась в соотношении с синдромом психического выгорания, совладающим поведением, деятельностью исполнительского типа, самораскрытием, самоактуализацией. Тем не менее, вместе вышеназванные феномены не исследовались, хотя в консультативной и психотерапевтической работе признано, что развитие рефлексивности является важным механизмом модификации иррациональных убеждений и эмоциональных схем, которые значительно влияют на эмоциональное благополучие человека. В настоящей работе не просто рассматриваются иррациональные убеждения, эмоциональные схемы и рефлексивность, а решается задача изучения различий в первых двух психологических явлениях в зависимости от уровня третьего.

Для анализа существующих подходов к решению данной задачи необходимо сначала обозначить наше понимание основных теоретических конструктов, используемых в исследовании.

Говоря об иррациональных убеждениях, мы опираемся на рационально-эмоционально-поведенческий подход А. Эллиса и когнитивную психотерапию А. Бека. Иррациональные убеждения – это убеждения, имеющие следующие характеристики: абсолютизированность, ригидность, сверхобобщенность, эмпирическая непроверяемость, влечение за собой неадекватных и чрезмерных отрицательных эмоций, негативных последствий [6]. В трудах А. Бека подобные убеждения называются дисфункциональными [5 и др.]. А. Эллис выделяет следующие виды иррациональных убеждений: катастрофизация, долженствование в отношении себя, долженствование в отношении других, низкая фрустрационная толерантность, оценочная установка [7].

Эмоциональные схемы – понятие, предложенное Р. Лихи в рамках терапии эмоциональных схем. Оно представляет собой «... интерпретации, атрибуции и другие когнитивные оценки эмоций, а также стратегии эмоционального регулирования, способные оказаться полезными и бесполез-

ными» [3, с. 99]. Модель эмоциональных схем отличается от процессуальной модели Дж. Гросса и когнитивной модели эмоциональной регуляции Н. Гарнефски и В. Крайга тем, что эмоциональные схемы есть не что иное, как представления об эмоциях, которые впоследствии определяют и принимаемые субъектом стратегии совладания, которые затрагиваются в двух указанных моделях.

В литературе выделяется 14 измерений эмоциональных схем, которые включают адаптивный и дезадаптивный полюс [8 и др.]: длительность, контроль, понятность / непонятность, высокий / низкий консенсус, вина и стыд, рациональность, упрощенный взгляд на эмоции, ценности / обесценивание, выражение/низкая степень выражения чувств, валидация / инвалидация, принятие/непринятие, обвинение, бесчувственность, руминации.

Понятие рефлексивности наиболее разработано А. В. Карповым, понимающим ее как психическое свойство, отражающее уровень развития рефлексии [1]. Д. А. Леонтьев замечает противоречие в результатах исследований относительно пользы развитой рефлексивности. В одних работах представлены данные, свидетельствующие о том, что высокий уровень развития этого психического свойства приводит к пассивности, мешает действовать. В других публикациях, напротив, отмечается благоприятное влияние высокого уровня рефлексивности на психологическое благополучие личности.

В связи с этим Д. А. Леонтьев предполагает, что существуют разные виды рефлексивности, которые не дифференцировались в проанализированных им исследованиях. Обозначим их вслед за Д. А. Леонтьевым [2]: а) интроспекция, проявляющаяся в том, что субъект фокусируется на своем внутреннем состоянии, переживании; б) квазирефлексия, отражающая уход в посторонние размышления, часто служащая формой психологической защиты, которая не решает проблемную ситуацию; в) системная рефлексия, выражающаяся в самодистанцировании и позволяющая увидеть полюс как субъекта, так и объекта. С точки зрения Д. А. Леонтьева, именно системная рефлексия приносит пользу личности, улучшает ее психологическое состояние, в то время как интроспекция и квазирефлексия часто приводят к негативным последствиям [2]. В процессе анализа особенностей иррациональных убеждений и эмоциональных схем у лиц с разным уровнем рефлексивности мы будем руководствоваться этой дифференциальной моделью рефлексии.

Перейдем теперь непосредственно к анализу иррациональных убеждений и эмоциональных схем у лиц с разным уровнем рефлексивности. А. Б. Холмогорова, ссылаясь на идеи когнитивной психотерапии А. Бека и культурно-исторической концепции Л. С. Выготского, выделяет три уровня организации когнитивных процессов [4]:

- 1) первичные дологические, базирующиеся на аффективных связях;
- 2) вторичные, основанные на логических, рациональных связях;

3) рефлексия, или метакогнитивные процессы.

Первые соответствуют иррациональным убеждениям и дезадаптивным эмоциональным схемам, вторые – рациональным убеждениям и адаптивным эмоциональным схемам. Развитие рефлексии в виде повышения уровня рефлексивности позволяет осуществить переход от первичных уровней организации когнитивных процессов к вторичным, благодаря чему познание человека приобретает логические формы и связи. Однако, как видно из предшествующего анализа, не все виды рефлексии оказывают благотворное влияние на психологическое благополучие человека. Наибольший вклад в преобладание рациональных убеждений и адаптивных эмоциональных схем будет вносить, на наш взгляд, системная рефлексия, выделенная Д. А. Леонтьевым и соотносящаяся с таким понятием, как осознанность. Квазирефлексия и интроспекция же, напротив, будут приводить к большей иррациональности убеждений и дезадаптивности эмоциональных схем. Действительно, концентрация на своих внутренних переживаниях, заикливание на них (интроспекция) или же уход в посторонние размышления с целью избежать встречи с эмоциональным опытом (квазирефлексия) приводят к тому, что используемые человеком эмоциональные схемы приобретают выраженный дезадаптивный характер. В то же время системная рефлексия предполагает, что субъект может отделиться от переживаемой эмоции и оценить ее со стороны, выявить причины появления и ее значение для себя. В этот момент человек несколько отстранен от эмоции. В результате он управляет эмоцией, а не она не управляет им. Аналогичный эффект претерпевают и иррациональные убеждения. Квазирефлексия и интроспекция усиливают иррациональный аспект убеждений, в то время как системная рефлексия «возвращает» их в контекст логичности, рациональности, осознанности.

Проведенный теоретический анализ проблемы привел нас к выводам:

1) у лиц с высоким уровнем системной рефлексии будет иметь место слабая выраженность общей иррациональности убеждений (в виде дисфункциональных отношений), их отдельных видов и дезадаптивности эмоциональных схем. Низкий уровень системной рефлексии, наоборот, усиливает иррациональность убеждений и приводит к дезадаптивному характеру используемых человеком эмоциональных схем. Средний уровень системной рефлексии не влечет за собой ярко выраженных эффектов положительной или отрицательной модальности;

2) люди со средним и высоким уровнями развития квазирефлексии и интроспекции отличаются высокой или средней выраженностью общей иррациональности убеждений, их отдельных видов и дезадаптивности эмоциональных схем, в то время как низкий уровень развития этих двух непродуктивных видов рефлексии не имеет подобных последствий для убеждений человека и эмоциональных схем. Лица, которым не свойственны квазирефлексия или интроспекция, как правило, отличаются большей

результативностью своих действий и выраженным эмоциональным благополучием.

Список литературы

1. Карпов, А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики / А. В. Карпов // Психологический журнал. – 2003. – Т. 24, № 5. – С. 45-58.
2. Леонтьев, Д. А. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции / Д. А. Леонтьев, А. Ж. Аверина. – Текст : электронный // Психологические исследования. – 2011. – № 2 (16). – URL: <http://www.psystudy.ru> (дата обращения: 10.08.2018).
3. Лихи, Р. Терапия эмоциональных схем / Р. Лихи. – СПб. : Питер, 2019. – 448 с.
4. Холмогорова, А. Б. Значение культурно-исторической теории развития психики Л. С. Выготского для разработки современных моделей социального познания и методов психотерапии / А. Б. Холмогорова // Культурно-историческая психология. – 2016. – Т. 12, № 3. – С. 58-92.
5. Beck, A. Cognitive therapy of depression / A. Beck, A. Rush. – New York : Guilford Press, 1987. – 425 p.
6. Ellis, A. Humanistic Psychotherapy : The rational-emotive approach / A. Ellis. – New York : McGraw-Hill, 1973. – 271 p.
7. Ellis, A. The practice of rational-emotive therapy / A. Ellis, W. Dryden. – New York : Springer, 1987. – 348 p.
8. Leachy, R. A model of emotional schemas / R. Leachy // Cognitive and Behavioral Practice. – 2002. – № 9. – P. 177-190.

Носова Алёна Андреевна,

студент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Водяха Сергей Анатольевич,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАНИЯ С ТРУДНЫМИ ЖИЗНЕННЫМИ СИТУАЦИЯМИ СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ СТРУКТУР

Аннотация. Психологическое благополучие и стрессоустойчивость сотрудников силовых структур зависит от стилей совладания с трудными жизненными ситуациями. Сотрудники, склонные к профессиональному выгоранию склонны ориентироваться на использование конфронтационных копингов, дистанцирования, и эскапизм. Сотрудники, несклонные к профессиональному выгоранию более склонны к позитивной переоценке стрессогенной ситуации, стремление принимать ответственность за решение проблемной ситуации и поиск социальной поддержки.

Ключевые слова: сотрудники силовых структур; стрессы; стрессоустойчивость; эмоциональное выгорание; трудные жизненные ситуации.

Nosova Alena Andreevna,

Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Vodyakha Sergey Anatolyevich,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PECULIARITIES OF COPING OF HARD LIFE SITUATIONS OF POWER STRUCTURES EMPLOYEES

Abstract. Psychological well-being and stress resistance of law enforcement officers depends on the styles of coping with difficult life situations. Burnout employees tend to focus on the use of confrontational coping, distancing, and escapism. Employees who are not inclined to professional burnout are more prone to a positive reassessment of a stressful situation, the desire to take responsibility for solving a problem situation and seeking social support.

Keywords: law enforcement officers; stress; stress tolerance; emotional burnout; difficult life situations.

Процесс формирования копинг-поведения сотрудников силовых структур должен начинаться уже в стенах образовательных организаций МВД России. Однако, как показывает реальная практика, данный процесс протекает стихийно, зачастую личность сама его не осознает. Каждый курсант образовательной организации МВД России чётко знает, какая у него успеваемость, но мало кто может отметить свой личностный уровень адаптации к стрессу, и на каком этапе развития находится данный процесс [3].

Многие теоретические аспекты проблемы личностно-средовых ресурсов личности, требуют детального уточнения. Это обусловлено тем, что стресс, копинг-поведение и адаптация к профессиональной деятельности являются структурными элементами более общей психологической системы организма, название которой психическое состояние.

Психическим состояниям в структуре личности, среди всех психических явлений принадлежит одно из основных мест. Проблеме психических состояний уделяют колоссальное внимание, это связано с тем, что они существенным образом определяют характер и успешность деятельности человека в целом [4].

При слабой сформированности сферы эмоционально-волевой регуляции поведения и при возрастании стрессовых показателей ситуации сотрудники (курсанты, лица с дезадаптивным типом копинг-поведения, имеющие психосоматические заболевания) неосознанно изменяют социоцентрические ориентации Я-концепции на эгоцентрические, т. е. в ситуации выбора между социально-значимым поведением и личностно-желаемым устойчиво предпочитают последнее. В этих ситуациях резко возрастает роль психического бессознательного в организации адаптивного поведения [1].

Следовательно, взаимодействие личностно-средовых ресурсов с системами Я-концепции позволяет сохранить устойчивость последней в адаптационный период, ослабить негативное воздействие на организм стресс-факторов и избавить личность от губительного влияния дезадаптивных реакций. Сотрудники с дезадаптивным типом копинг-поведения, имеющие психосоматические заболевания и курсанты значительно чаще использующие пассивное преодоление стресса, как доминирующее ко-пинг-поведение, обладают негативной, слабо сформированной Я-концепцией. Курсанты чаще, чем больные сотрудники используют поиск социальной поддержки как вспомогательную копинг-стратегию [2].

Методология исследования. В исследование проблемы совладания с трудными жизненными ситуациями сотрудников силовых структур Федеральной службы войск национальной гвардии РФ «Росгвардия» приняло участие 20 чел. средний возраст респондентов от 35 до 45 лет.

Исследование было проведено по следующим методикам:

1. Тест Лазаруса.

2. «Методика диагностики уровня эмоционального выгорания»

В. В. Бойко.

Результаты исследования. Группы были отобраны по стажу сотрудников (менее 3 лет, более 3 лет).

На рисунке 1 представлены результаты теста на определение уровня стрессоустойчивости личности.

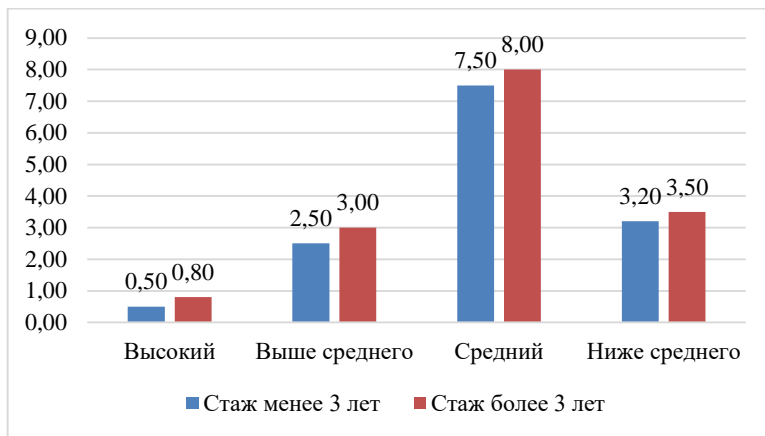


Рис. 1. Результаты определения уровня стрессоустойчивости у сотрудников силовых структур

Высокий и выше среднего уровень стрессоустойчивости характерен для 20% сотрудников силовых структур со стажем менее 3 лет и 20% сотрудников со стажем более трех лет. Для таких сотрудников характерна большая степень сопротивляемости стрессу. Для таких сотрудников характерна минимальная степень стрессовой нагрузки. Любая деятельность личности, независимо от ее направленности и характера тем эффективнее, чем выше уровень стрессоустойчивости. Это дает возможность говорить про работу в силовых структурах как такую, которая имеет сильный стрессогенный характер. Повышение уровня стрессоустойчивости сотрудников силовых структур прямо и непосредственно ведет к повышению производительности труда. Любая деятельность таких сотрудников, независимо от ее направленности и характера становится эффективнее.

Можно отметить, что более 60% сотрудников силовых структур со стажем менее трех лет, так и сотрудников со стажем более трех лет, имеют средний и ниже среднего уровни стрессоустойчивости, что соответствует в меру напряженной жизни активного человека. Для таких сотрудников характерна средняя степень стрессовой нагрузки. Их стрессоустойчивость снижается с увеличением стрессовых ситуаций в их жизни

20% сотрудников силовых структур и 20% сотрудников со стажем более трех лет находятся в риске проявления цепных реакций физических и умственно-психических нарушений (ниже среднего).

Уровень стрессоустойчивости «ниже среднего» является индикатором негативных психологических состояний, возникающих в процессе стресса. Сотрудникам, имеющим низкий уровень стрессоустойчивости, следует предпринять целенаправленные действия против одолевающего стресса для повышения спокойствия, уверенности и работоспособности. Данный

уровень был выявлен как у сотрудников силовых структур, так и сотрудников со стажем более трех лет. Для таких сотрудников характерна высокая степень стрессовой нагрузки. Они проявляют низкую степень стрессоустойчивости (ранимость), что свидетельствует о близости психики человека к эмоциональному истощению.

Результаты исследования уровня эмоционального выгорания сотрудников силовых структур и определения их копинг-поведения представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты исследования копинг-поведения сотрудников силовых структур с различными уровнями синдрома эмоционального выгорания

Уровень эмоционального выгорания	Средний показатель
Субшкалы копинга	
Конфронтационный копинг	17,2
Дистанцирование	16,5
Самоконтроль	10,1
Поиск социальной поддержки	7,5
Принятие ответственности	6,8
Бегство-избегание	16,3
Планирование решения проблемы	5,8
Положительная переоценка	12,5

Результаты тестирования говорят о том, что среди позитивно направленных стратегий сотрудников силовых структур с высоким и средним уровнями эмоционального выгорания наиболее часто используются стратегии планирования решения проблемы и положительной ее переоценки, которые позволяют им снизить воздействие стрессовой ситуации. Так, среди 20 опрошенных сотрудников силовых структур к стратегии планирования решения проблемы прибегают 9 сотрудников силовых структур с высоким уровнем эмоционального выгорания и 11 сотрудников силовых структур со средним уровнем эмоционального выгорания. К стратегии положительной переоценки из 20 опрошенных прибегают 11 сотрудников силовых структур с высоким уровнем эмоционального выгорания и 9 сотрудников силовых структур со средним уровнем выгорания. Отметим, что стратегии планирования решения проблемы и положительной ее переоценки являются довольно действенными. Данные стратегии не выбраны сотрудниками с низким уровнем эмоционального выгорания.

Для сравнительного анализа был выбран U-критерий Манна-Уитни.

Критерий U-Манна-Уитни (Mann-Whitney U) – самый популярный и наиболее чувствительный (мощный) аналог критерия t-Стьюдента для независимых выборок. Эмпирическое значение критерия показывает, насколько совпадают (пересекаются) два ряда значений измеренного признака.

Результаты сравнительного анализа по критерию Манна-Уитни представим в таблице 2.

Таблица 2

Результаты сравнительного анализа по критерию Манна-Уитни

	Кон- фронта- цион- ный копинг	Ди- станци- рование	Само- кон- троль	Поиск соци- альной под- держки	Принятие ответ- ственно- сти	Бег- ство- избе- гание	Плани- рование реше- ния пробле- мы	Положи- тельная пере- оценка
Ранго- вые суммы	859	760,5	791	863,5	796,5	771,5	830,5	829
U Ман- на- Уитни	-2,111	-2,811	-2,594	-2,08	-2,555	-2,73	-2,34	-2,331
Уровень значи- мости	0,035	0,005	0,009	0,038	0,011	0,006	0,019	0,02

Как видно из таблицы, сотрудников силовых структур высокого уровня выгорания отличает более частое использование копинг-стратегий, направленных на самоутверждение, которые призваны обеспечивать им успех и самоутверждение с активным преобразованием сложившейся ситуации.

Сотрудники силовых структур с низкой выраженностью эмоционального выгорания в преодолении возникающих трудностей склонны чаще искать социальной поддержки, в том числе поддержки коллег, обладают меньшей социальной замкнутостью, склонностью к уединению. Так, среди 20 опрошенных сотрудников силовых структур 13 человек, имеющих низкий уровень эмоционального выгорания, прибегают к стратегии поиска социальной поддержки, в то же время лишь 5 сотрудников силовых структур со средним уровнем эмоционального выгорания и 2 сотрудника с высоким уровнем эмоционального выгорания прибегают в данной стратегии преодоления стресса.

При всем том, что у сотрудников силовых структур с высоким уровнем выгорания выявлены некоторые позитивные стратегии совладающего поведения, все же чаще они используют неконструктивные стратегии (конфронтационный копинг, дистанцирование, бегство-избегание) относительно того, как часто их применяют сотрудники силовых структур с низким уровнем эмоционального выгорания. Так, к стратегии конфронтационного копинга из 20 опрошенных прибегают 11 сотрудников силовых структур с высоким уровнем эмоционального выгорания и 9 сотрудников силовых структур со средним уровнем эмоционального выгорания. Стратегия дистанцирования выявлена у 10 сотрудников силовых структур с высоким уровнем эмоционального выгорания из 20 опрошенных, у 8 сотрудников силовых структур со средним уровнем эмоционального выгорания. Только 2 сотрудника с низким уровнем эмоционального выгорания склонны применять данную стра-

тегию в трудных жизненных ситуациях. К стратегии бегства – избегания из 20 опрошенных прибегают 14 сотрудников силовых структур с высоким уровнем эмоционального выгорания и 6 сотрудников силовых структур со средним уровнем эмоционального выгорания.

По результатам анализа данных сотрудников силовых структур с высокой степенью выраженности эмоционального выгорания можно отметить, что у сотрудников силовых структур выражено стремление к контролю над стрессовыми ситуациями при увеличении частоты использования непродуктивных способов совладания и стремление к их избеганию в будущем. Отметим, что избегание и самообвинение являются наименее эффективными стратегиями во всех вариантах. Это связано с тем, что, уходя от стрессовой ситуации или обвиняя себя в случившемся, у сотрудника накапливаются негативные эмоции и агрессивные тенденции. У сотрудника вырабатывается негативное отношение к себе, окружающим, к выполнению своих профессиональных обязанностей.

Выводы. Результаты проведенного исследования свидетельствуют о том, что сотрудники силовых структур с высоким уровнем эмоционального выгорания чаще всего используют неадаптивные стратегии совладания с трудными, стрессовыми ситуациями, в этом и заключается особенности совладания сотрудников силовых структур с тяжелыми жизненными ситуациями, что и подтверждает гипотезу исследования.

Таким образом, анализ результатов исследования показал, что большинство сотрудников силовых структур нуждаются в своевременной психологической помощи, направленной на укрепление личностных ресурсов. В первую очередь, для этого необходимо составлять и реализовывать программы профилактики эмоционального выгорания, ориентированные на расширение представлений о продуктивных способах преодоления возникающих трудностей, о собственных эмоционально-поведенческих возможностях реагирования в стрессовой ситуации и толерантности к поведению в стрессе других людей.

Список литературы

1. Астахова, А. А. Формирование психологической устойчивости сотрудников органов внутренних дел к деструктивным информационным воздействиям как составляющая профессионального мастерства / А. А. Астахова, Ю. А. Кошкарлова // Азимут научных исследований: сотрудники силовых структур и психология. – 2019. – № 3. – С. 25-27.
2. Битюцкая, Е. В. Моделирование процесса совладания с трудной жизненной ситуацией / Е. В. Битюцкая, Е. А. Баханова, А. А. Корнеев // Национальный психологический журнал. – 2019. – № 2 (18). – С. 41-55.
3. Водяха, С. А. Особенности проявления агрессии у руководителей и подчиненных в системе управления внутренних дел / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Психология управления персоналом и социальное предпринимательство в условиях изменения технологического уклада. – Н. Новгород : ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2019. – С. 65-69.

4. Водяха, С. А. Особенности эмоционального благополучия пожарных, склонных к профессиональному выгоранию / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Психология в системе социально-производственных отношений : сборник материалов III Международной научно-практической конференции. – Красноярск : СибГУ, 2020. – С. 186-189.

5. Корнева, Ю. Ю. Личностно-средовые ресурсы и их роль в процессе адаптации сотрудников экспертно-криминалистических подразделений МВД России к условиям служебной деятельности / Ю. Ю. Корнева, И. Б. Лебедев, Ю. Д. Милукова // Вестник Московского университета МВД России. – 2017. – № 3. – С. 252-257.

Гусева Татьяна Сергеевна,

кандидат педагогических наук, доцент, Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, г. Чебоксары, Россия

РАЗВИТИЕ СВЯЗНОЙ РЕЧИ КАК УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛНОЦЕННО ФУНКЦИОНИРУЮЩЕЙ ЛИЧНОСТИ У ДЕТЕЙ С РЕЧЕЯЗЫКОВЫМИ РАССТРОЙСТВАМИ

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования полноценно функционирующей личности, определены уровни полноценно функционирующей личности, раскрываются приемы работы по формированию полноценно функционирующей личности в процессе составления рассказов по картине.

Ключевые слова: старшие дошкольники; дошкольная логопедия; нарушения речи; речевые нарушения; дети с нарушениями речи; общее недоразвитие речи; ОНР; связная речь; рассказ по картине; детская речь; развитие речи.

Guseva Tatyana Sergeevna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Chuvash State Pedagogical University named after I.Ya. Yakovlev, Cheboksary, Russia

THE DEVELOPMENT OF COHERENT SPEECH AS A CONDITION FOR THE FORMATION OF A FULLY FUNCTIONING PERSONALITY IN CHILDREN WITH SPEECH AND LANGUAGE DISORDERS

Abstract. The article considers the problem of formation of the fully functioning person, levels of fully functioning person, the disclosed methods of forming a full-fledged functioning of the individual in the process of making up stories for the film.

Keywords: older preschoolers; preschool speech therapy; speech disorders; speech disorders; children with speech impairments; general underdevelopment of speech; OHP; coherent speech; story based on the picture; children's speech; speech development.

Формирование полноценно функционирующей личности – один из наиболее актуальных вопросов, изучаемых в исследованиях педагогов и психологов. Этот процесс становится настоящей проблемой у детей с нарушениями развития, у большинства из которых речевые нарушения негативно сказываются на развитии эмоционально-волевой и личностной сфер и проявляются во всех сферах деятельности. Нарушение коммуникативной функции выражается в снижении потребности в общении как со взрослыми, так и со сверстниками, что проявляется в специфике поведения: отсутствие заинтересованности в общении, сложность ориентироваться в ситуациях общения, речевой негативизм. Педагогам таких детей постоянно приходится находить подход к неконтактным детям.

Цель нашего исследования заключалась в определении педагогических условий формирования полноценно функционирующей личности у детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

В процессе анализа психолого-педагогической литературы мы выяснили, что формирование полноценно функционирующей личности у детей с нарушениями осуществляется с большим отставанием в сроках. В. А. Ковшиков в своих исследованиях выделил три группы дошкольников в зависимости от состояния личности и эмоционально-волевой сферы.

Для достижения цели было проведено исследование, гипотезой которого стало следующее предположение: формирование полноценно функционирующей личности у детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи будет более успешен при соблюдении следующих условий:

1. Учет индивидуального уровня развития речи детей и механизма нарушения.

Дети с нарушениями речи по своим эмоциональным особенностям составляют разнохарактерную группу. Для одних из них характерен низкий уровень направленности на осознание человеческих отношений, слабость установок на понимание человеческих отношений, отсутствие установок на сопереживание и содействие. Для другой группы детей свойственно искажение в объяснении межличностных ситуаций. Большинству детей характерна повышенная тревожность, снижение эмоционального фона.

2. Обучение детей установлению и обозначению взаимосвязи между объектами на картине в процессе развития связной речи.

Выборка испытуемых насчитывала 26 детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи. Для обследования связной речи мы использовали методики: В. П. Глухова [1], Т. С. Гусевой [2], которые направлены на исследование навыков составления адекватного завершённого высказывания на уровне фразы (по представленному на картине событию), составления предложения по трем предметным картинам, составления рассказа по серии сюжетных картин (1); и Т. А. Сидорчук [4], направленную на исследование навыков составления рассказа на основе наглядного содержания картины.

По результатам исследования выявлен недостаточный уровень развития форм коммуникации (диалога и монолога), что является одним из симптомов недостаточной сформированности полноценно функционирующей личности.

Подробный анализ речевой деятельности детей позволил распределить их по уровням связной речи: высокий (23%), средний (50%), низкий (27%).

Связная речь детей отличалась

- сложностью в осуществлении замысла, ограниченной развернуто-стью рассказа, наличием пауз и аграмматизмов;
- большинство обследуемых нуждались в помощи экспериментатора в виде побуждающих и стимулирующих вопросов;
- в речи преимущественно использовались простые распространенные предложения, наблюдались замены семантически близких слов;
- ограниченным применением лексико-грамматических средств языка;

- немалым числом недостатков грамматической связи слов, которые встречались как между предложениями, так и внутри предложения;
- незаконченностью микротема, возвращением к прежде произнесенной фразе.

По уровню сформированности эмоционально-волевой сферы, что активно характеризует полноценно функционирующую личность, дети разделились на три группы. Для детей с *высоким* уровнем была характерна сохранность эмоционально-волевой сферы и личностных свойств, незначительные отклонения не выходили за границы нормы; у детей *среднего* уровня выявлены повышенная возбудимость, повышенный фон настроения, некритичность к речевому нарушению, гиперактивность; дети с *низким* уровнем отличались снижением активности, повышенной тормозимостью, критическим отношением к своему дефекту и переживанием по этому поводу, дети были не уверены в себе, замкнуты, скованы, стеснительны, им характерен речевой негативизм. Таким образом, эксперимент показал, что незрелость социальных эмоций может повлечь примитивность эмоционального реагирования, преобладание отрицательных эмоций.

Результаты анализа литературных данных и данных констатирующего исследования определили содержание и необходимость системной работы по формированию полноценно функционирующей личности в процессе совершенствования связной речи у детей старшего дошкольного возраста с ОНР через обучение их рассказыванию по картине.

Полученные результаты мы учитывали при осуществлении логопедической работы. Структура формирующего эксперимента включала следующие этапы: определение состава картины; установление взаимосвязей между объектами на картине, определение эмоционального состояния героев, их переживаний, и учет этого в рассказах детей.

1 этап «Определение состава картины».

Целью первого этапа являлось обучение детей мыслительным действиям, которые ведут к перечислению объектов на картине.

Для составления связного высказывания по картине мы активизировали определенный запас слов. С этой целью мы определяли изображенные на картине предметы. Степень подробности была разной: низкой (определение лишь основных предметов), средней (определение главных и второстепенных предметов без деталей) и максимальной (с определением всех предметов и их деталей).

При нахождении однородных изображений на картине они классифицировались по определенному признаку: по принадлежности к рукотворному или природному миру, по цвету, форме, функциям и т. д. Моделирование детьми объектов, обнаруженных на картине, производилось схемами, буквами, картинками, цветными фишками и другими средствами обозначения.

Для поддержания интереса к вычленению и перечислению изображений у дошкольников использовался прием «подзорная труба». Дети

направляли глазок подзорной трубы на некоторый предмет и называли его. Для определения частей этого предмета мы использовали игры, направленные на активизацию внимания детей: «Аукцион», «Кто самый внимательный», «Охота за подробностями» и другие. Для обучения классификационным умениям пользовались приемом группировки по указанному признаку: функциональности, природности, рукотворности, присутствия определенной формы, цвета и т. д. Классификационная группа обозначалась обобщающим словом. Для моделирования выявленных объектов мы использовали доску или лист бумаги, на котором модели размещаются по аналогии композиции картины [2].

2 этап «Установление взаимосвязей между объектами на картине».

Целью второго этапа было упражнение детей в объяснении взаимосвязей между изображенными на картине объектами.

Для сочинения осознанного связного высказывания по картине, необходимо было обучить дошкольников обозначать взаимосвязи между изображенными на ней объектами. Для достижения этой цели мы предлагали детям соединить объекты, которые выделили ранее. Они выбирали любые два объекта и объясняли, по какому признаку их возможно соединить. Взаимодействия между предметами могли устанавливаться:

- на уровне эмоциональных связей (заботится, нравится, не нравится...);
- на уровне родственных связей (мама – дети, сестра – брат...);
- на уровне физических связей (давление, касание...) и др.

Для обучения детей установлению и обозначению взаимосвязей между изображенными на картине объектами мы использовали творческие задания: пришла Фея «Объедини-ка» и соединила два объекта (мы указывали на два объекта); «Ищу друзей» – дети находили объекты, связанные между собой по взаимному расположению; «Ищу недругов» – дошкольники искали объекты, которые между собой «не дружат»; «Кто-то теряет, кто-то находит, и что из этого выходит» – дети объясняли причинно-следственные отношения сложного характера, возникающие между двумя объектами при их взаимодействии [3].

В процессе проведения формирующего этапа эксперимента было выявлено, что дети даже с высоким уровнем развития эмоционально-волевой сферы не всегда умеют осознавать свои и чужие эмоции, с трудом различают сходные эмоции, дети со средним уровнем затрудняются в осознании и выражении своего и чужого эмоционального состояния. Для детей с низким уровнем наиболее сложно дается понимание эмоций героев рассказов.

Повторное исследование показало качественное улучшение характеристик, свойственных полноценно функционирующей личности, основной из которых – открытость переживаниям, сначала собственным.

В процессе коррекционной работы улучшились навыки составления высказывания по картине у дошкольников. Кроме этого, рассказы детей ста-

ли получаться более полными и содержательными, дошкольники научились раскрывать тему; улучшилось звуковое оформление выражений, речь детей стала более эмоциональной и выразительной, однако в ней имелись небольшие паузы и заминки; также дети начали пользоваться при составлении рассказа разнообразными способами связи, лексическими средствами.

Таким образом, цель исследования достигнута. Выдвинутая гипотеза: формирование полноценно функционирующей личности у детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи будет более успешен при соблюдении следующих условий: учет индивидуального уровня развития речи детей и механизма нарушения, обучение детей установлению и обозначению взаимосвязи между объектами на картине в процессе развития связной речи получила свое подтверждение.

Еще Rogers, 1959 утверждал, что полноценно функционирующая личность возможна только как процесс, как постоянно изменяющийся человек. Дальнейшую работу по формированию полноценно функционирующей личности у детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи предполагается направить на развитие способности перестраивать реакции детей по мере того, как ребенку на опыте раскрываются или предоставляются новые возможности.

После этого планируется работа на развитие способностей правильно воспринимать и использовать полученную информацию, верно оценивать собственные возможности к анализу информации и адекватно реагировать на нее.

Таким образом, формирование полноценно функционирующей личности у детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи процесс, который начинает формироваться в дошкольном возрасте благодаря интенсивному интеллектуальному и личностному развитию, и является важнейшим новообразованием дошкольного возраста. Особенностью развития этого процесса у детей с нарушениями речи является специфичность и требует персонально направленной психокоррекционной работы с учетом индивидуального уровня развития эмоционально-волевой сферы.

Список литературы

1. Глухов, В. П. Исследование особенностей связной речи старших дошкольников с задержкой психологического развития и общим недоразвитием речи / В. П. Глухов, М. Н. Смирнова // Логопедия. – 2005. – № 3. – С. 13-24.
2. Гусева, Т. С. Обследование развития речи детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях двуязычия / Т. С. Гусева // Воспитание и обучение детей нарушениями развития. – 2007. – № 5. – С. 57-62.
3. Сидорчук, Т. А. Технологии развития связной речи дошкольников : методическое пособие для педагогов дошкольных учреждений / Т. А. Сидорчук, Н. Н. Хоменко. – 2004. – 59 с.
4. Сидорчук, Т. А. Технология составления творческих текстов по картине : пособие для преподавателей и студентов педагогических учебных заведений / Т. А. Сидорчук, А. Б. Кузнецова. – Челябинск : ИИЦ «ТРИЗ-инфо», 2000. – 44 с.

Шаповал Ирина Анатольевна,

доктор психологических наук, профессор, Оренбургский государственный педагогический университет, г. Оренбург, Россия

ЗНАЧЕНИЕ Я-РЕПРЕЗЕНТАЦИЙ В ДИСКУРСЕ САМООТЧУЖДЕНИЯ

Аннотация. В статье представлены междисциплинарный анализ конструкторов самоотчуждения, разотождествления, дискурса Я-репрезентаций. Показана специфика дискурса внутреннего диалога Я как самопознания и самоартикулирования в Я-репрезентациях. Систематизированы необходимые предпосылки самоотчуждения, представлены конструктивный и деструктивный векторы его динамики.

Ключевые слова: самоотчуждение; самоотчуждение; разотождествление; Я-репрезентации; дискурс самоотчуждения.

Shapoval Irina Anatolyevna,

Doctor of Psychology, Professor, Orenburg State Pedagogical University, Orenburg, Russia

MEANING OF SELF-REPRESENTATIONS IN THE DISCOURSE OF SELF-ALIENATION

Abstract. The article presents an interdisciplinary analysis of constructs of self-alienation, disidentification, discourse of I-representations. The article shows the specifics of the discourse of the inner dialogue of the I as self-knowledge and self-articulation in I-representations. The necessary prerequisites for self-alienation are systematized and the constructive and destructive vectors of its dynamics are presented.

Keywords: self-identity; self-alienation; disidentification; I-representations; discourse of self-alienation.

Введение. Проблемы дефицитов эмоциональности и позитивных чувств личности, приводящих к равнодушию и утратам смысла, взаимные недоверие, непризнание и неприятие россиян впервые стали предметом исследования в отечественной психологии в начале XXI в. (К. А. Абульханова, А. Н. Славская). Начиная с последней трети XX в. разворачивались типичные для общества постмодерна деконструкция истории и культурного наследия, отвержение исторического времени разрушало и травматично изменяло хронотоп современности. Его внешние и внутренние деформации происходили под знаком распространения культуры одноразового потребления как материальной основы идентичности и непрерывно навязываемых технологических изменений, связанных с уровнем адаптации к скорости. В результате образовались и расширяются «разрывы» хронотопа [4]: «вертикальный» между поколениями, утрачивающими общий язык и возможность полноценной коммуникации; «горизонтальный» между различными по критерию ускорения территориями страны; «структурный» между «успе-

вающими» и уже отставшими, скорость отставания которых аккумулируется, делая разрывы необратимыми.

Признание все более обыденным и «нормальным» состояния внутреннего диссонанса человека – свидетельство разрывов не только коллективного, но и персонального хронотопов. На это указывает и оценка способности быстро избавляться от старых привычек и привычки обходиться без привычек как высших адаптивных ценностей. В этом же ряду оказываются характеристики поколений Y и Z (1981–1995 и 1996–2010 гг. рождения) [10]: эгоцентричность и размытость смыслов; склонность к постоянной внутренней мобильности и низкий уровень укорененности на одном месте работы и жительства; ассоциирование социально одобряемых образцов поведения с приспособленчеством и «рутиной»; отстаивание права на развитие культуры, исключающей привычные и способы самоосуществления.

Однако настоящее без примеси прошлого и будущего вызывает, по словам В. П. Зинченко, страх и ужас [5]. Одновременно хроническая социальная неопределенность хаотично, но неотвратно ставит человека перед вызовом обязанности реконструировать свое Я, его содержание и формы, смыслы и назначения, идентификации и контр-идентификации и соответствующие им Я-репрезентации. Персональный хронотоп рассыпается на калейдоскоп фрагментов: картина Я атомизируется, его пространство сегментируется, время жизни клипируется, фрустрируя мета-потребность человека быть хозяином своему Я, подтверждать и осуществлять его в личностных границах времени-пространства жизни и быть уверенным в нем.

Мы предполагаем, что векторы и полюсы самоотчуждения и разотождествления Я должны отражать собственные дискурсы внутреннего диалога, а их специфика – определяться содержанием и модальностью Я и Не-Я-репрезентаций человека в их взаимодействии. Цель настоящей работы: анализ и описание генеза и динамики взаимодействия Я-репрезентаций в дискурсе самоотчуждения и деструктивного разотождествления Я.

Методология и методы исследования: теоретический категориальный и генетический анализ и синтез концептов и конструктов самоотчуждения, разотождествления, Я-репрезентаций, предложенных феноменологией личности, социальным конструктивизмом, символическим интеракционизмом, личностной герменевтикой, когнитивной и клинической психологией.

Анализ научного поля проблематики исследования. Процессы самоотчуждения, самоотрицания, разотождествления, самоотречения имманентны самой природе множественного интегрального Я, в структуре которого каждое суб-Я имеет свой «антипод» – бинарное Не-Я. Как часть «заботы о себе» [13] – рефлексии Я и необходимого именно Я и действий «ради себя» – самоопределение опирается на способность Я относиться к себе и сознавать себя как относящееся. Понимание несовпадения своих интенций, возможностей и не отвечающей им реальности требуют определения и переопределения внутренних границ Я, его истории, смыслов –

самопреобразования и восстановления поколебленного или утраченного самотождества. Однако, за его достижением (осознанием постоянства во времени, цельности и непротиворечивости Я) следует, согласно логике развития систем, дезинтеграция–разотождествление Я.

Самоотчуждение неизбежно, когда негативный опыт отношений человека с самим собой уже не дает ему возможности сказать себе «Да» (М. Бубер). Предметом самоотчуждения могут стать отдельные суб-Я, рефлексивное и экзистенциальное Я, эмоции, потребности, значимые связи, субъектность, суверенность. Самоотчуждение может выступать и механизмом защиты [3]: от невыносимого чувства беспомощности и слабости – расщепление Я; от сепарации и беспомощности – проективная идентификация или идентификация-конфлюэнция.

Мультисубъектность Я и отношения между его субъектами-оппонентами – исходные условия самой возможности аутокоммуникации. Любой из Я и Не-Я способен (в зависимости от ситуации) становиться «рабочим», доминировать над Я-возможными, определять цели, включать другие Я в свои интересы. Именно «рабочее Я» выстраивает актуальную самотождественность как конструкт из бинарных автопредикаций: Я, «я есть то» (независимое и самодетерминируемое) и Не-Я, «я не есть то» (инфантильное и зависимое) [1; 2; 14]. Диалоги попавших в Не-Я фрагментов и разного рода Я на темы их репрезентаций и дифференциаций происходят на границе между Я- и Не-Я-центрированностью.

Наше эмпирическое исследование самоотчуждения показало [14]: у респондентов с тонкими границами показатели самоотчуждения, вегетативности, авантюризма ниже, а бессилия – гораздо выше, чем при границах средней прочности. Среди респондентов с границами средней прочности треть обнаружила высокий уровень самоотчуждения и половина – средний. Можно заключить, что проницаемость тонких границ просто не создает условий для самоотчуждения, а повышение их прочности сужает поле диалога Я и Не-Я и в то же время расширяет диапазон следствий самоотчуждения (см. выше). Снижение или усиление прочности границ редуцирует, искажает, прерывает процессы ментализации и становится препятствием для адекватного обмена между Я и Не-Я информацией и энергией. В результате выпадения Я- или Не-Я-репрезентаций из диалога он трансформируется в монолог.

Уточним генез, содержание и специфику Я-репрезентаций.

Проясняющие Я акты для человека являются способом «схватить» и зафиксировать некие текущие переживания «себя-в-происходящем»: уловить их, удержать, дифференцировать, обозначить и вербализовать во внутреннем плане сознания. Объем и качество содержания персонального смыслового тезауруса, в пределах которого человек думает и рассказывает о себе, зависит от уровня развития его способности не соскальзывать к социальным шаблонам и клише в построении личностной герменевтики [8].

Согласно концепции О. Кернберга, Я-репрезентации всегда связаны с объект-репрезентациями, и интернализированные процессы обладают Я-объектной полярностью, даже когда представления о Я и объекте еще не дифференцированы. Элементы репрезентаций и объединяющее их эго-состояние (диспозиция аффекта удовольствия или неудовольствия) играют роль «строительных блоков» Эго-идентичности [6]. В ее развитии сливаются процессы интроекции, формирующей «хороший» и «плохой» внутренние объекты («Я-хороший», «Я-плохой» и «Меня нет», по Г. С. Салливану), и идентификации с определенными ролями. Критериями достижения Эго-идентичности как самотождества выступают ощущения тождественности и непрерывности Я и его границ с Не-Я.

В развитии самих репрезентаций Я и Другого первичные позволяют дифференцировать состояния «знать», «думать» и «помнить»; вторичные – думать о несуществующем (прошлом, будущем, возможном) и строить причинные гипотезы. Высшим уровнем называют метарепрезентации – представлять, что Другой представляет что-то [9]. В контексте межличностной интерпретации вершиной развития ментализации определяют возможность понимать психические состояния как основания поведения [11].

Качественно Я-репрезентации могут быть холистическими (целостное, связанное, но приблизительное описание) и аналитическими, детализированными [11]; реальными и виртуальными (фантазийными); осознаваемыми и бессознательными частями дискурса [13]. Если сознаваемая часть репрезентаций соотносится с «уже сказанным», «уже услышанным», то есть детерминирована в опыте человека исторически, то бессознательная атрибутирует его как «говоримое существо» (Ж. Лакан) и говорит в нем и вне него, даже когда он об этом не подозревает (например, в ошибках, «чужих» словах).

Когнитивный план ментализации – способности и умений человека «схватывать» ментальные состояния (настроения, мотивы, чувства, мысли, желания, цели, потребности) Я и Другого, интерпретировать их и на этой основе объяснять и прогнозировать поведение [9; 15] – конструирует персональный внутренний опыт личности. Учитывая, что первичные ментальные репрезентации Я и Другого складываются в аттачменте, детских отношениях привязанности (Дж. Боулби), когда когнитивная сфера ребенка еще не достигла зрелости, закономерен разрыв между осознанным и эмоциональным отношением к себе, познанием и отношением, знанием и переживанием, должным и сущим (С. Л. Рубинштейн). Подобная инфантильность может иметь проекцию и в более поздних возрастах, и чем слабее когнитивный компонент репрезентаций, тем больше в них эмоционального, ценностного или долженствующего и тем менее они адекватны. Значимо влияют на адекватность репрезентаций Я и Других особенности мышления и памяти человека, эмоциональный тонус и настроение в момент восприятия информации, экспектации и актуальный смысловой тезаурус.

Смысл, модальность и отношения различных Я и Не-Я-репрезентаций конструируются герменевтическими механизмами.

Благодаря механизму *идентифицирования* создаются автопредикации и автохарактеристики, пропорционально радиусу действия и проекции которых в «регион личностного пространства» (К. Левин) человек превращает «мир вообще» в «собственный мир». Само идентифицирование может быть ценностно / экзистенциально ориентированным, прагматично адаптивным, гедонистическим, утилитарно бездуховным.

Интерпретирование выглядит как собственно конструирование персонального видения, объяснения, «внутренних рабочих моделей» (Дж. Бонуби) своего положения в неопределенной или изменившейся ситуации. Интерпретации, как и репрезентации, организуются и реализуются относительно Я как центра мира и потому пристрастны: их тенденциозность проявляется в отборе информации и зависит от контекстных ожиданий, когнитивно-аффективного стиля атрибуции, характеристик мышления (догматичность, иррациональность) и т. д. Конституируя смысловую систему своего Я, человек отбирает из непрерывно текущего опыта ментально значимые фрагменты, а все не попадающее в область значимого игнорируется или отсеивается.

Репрезентирование представляет собой процессы анализа, синтеза и перевода исходной информации в персональные репрезентации ментальных состояний – образы, представления, когнитивные схемы. С другой стороны, репрезентации становятся способами познания мира и отношений между людьми и внутри Я. Таким образом, чтобы элементарно вычленил себя из других здесь-и-сейчас и реконструировать свой имидж, не переставая быть собой, требуются и жизненный опыт, и когнитивные усилия.

В оценке Я- и Не-Я-репрезентаций в их диалоге можно выделить два главных критерия [2; 11]:

1) в аспекте согласования, рассогласования, возможностей интеграции Я: степень осознания относительной автономии Я-сам и внутреннего Другого; опора на Я-сам / на Другого; позитивное-негативное переживание, актуальность-возможность, знание-незнание Я; выраженность ценностных характеристик; уровень удовлетворенности Я; степень продуктивности самоизменений; проживание-непроживание Мы в бинарных Я-репрезентациях; степень убеждения в постоянстве Я в ходе диалога;

2) в аспекте характера связей и динамики Я и Не-Я-позиций: уважение-неуважение, симпатия-антипатия, близость-отдаленность, интегрированность-конфликтность, аттракция-отвержение, доминирование-подчинение, критика-защита, дружелюбность-враждебность.

Понятия Я-позиций и их коалиций в диалоге использует в концепции диалогического Я Х. Херманс, указывая на связи характера коалиций и интеракций субъектов диалога: симметричных / структурированных, асимметричных или вообще отсутствующих. Формула метакоммуникации

Я и Не-Я – «Вот каким я тебя и себя вижу» – может содержать минимизирующие или максимизирующие различия, и реакция на них – согласие с формулой или ее непринятие – определит характер интеракций Я и Не-Я: отзеркаливающих или конфликтных [16].

В целом возможны два типа коалиций Я и Не-Я. Для адаптивных коалиций характерны субъект-субъектные отношения равно независимых, имеющих свое значение, желания и нарративы партнеров. Эти коалиции опираются на опыт принятия реальности, позицию «Я принимающий» или на включение в коалицию метапозиции, третьей позиции (абстрагирования от переживания), аутентичного голоса Я – поддерживающего, предлагающего, не давящего способом обращения и т. д. В дезадаптивных коалициях, монологичных и аутоманипулятивных в субъект-объектные отношения вступают эмоционально голодный и тайно желаемый и любящий Я и Не-Я; властный и аморфный; перфекционист и мечтатель; аддикт и созависимый. Один из них обесценивается другим, бессознательно отвергается, его право выражать свои интересы игнорируется.

Результатами представленного выше анализа анализа и синтеза концептов самоотчуждения, разотождествления, Я-репрезентаций являются: а) систематизация предпосылок самоотчуждения и б) схема его динамики (конструктивной и деструктивной) в контексте дискурса Я-репрезентаций.

Поскольку возможность и степень «деструктивности» самотождества и самоотчуждения во многом зависят от содержания и модальности Я и Не-Я-репрезентаций и обнаружения ими их противоречий или оппозиций, рассмотрим основные предпосылки самоотчуждения.

Во-первых, это наличие «ментальной необходимости самовывговаривания» и способности схватывать текущие «состояния себя» (М. К. Мардашвили), которое связывается с особой потребностью человека эксплицировать себя и тем самым удостоверять и укоренять свое присутствие в мире. Нарушения или прерывание контактов Я и не-Я из-за дефектов и дефицитов ментализации становятся барьером для Я-репрезентаций, самоинтерпретаций (особенно экзистенциальных переживаний взаимности, откровения, смыслоутраты) и соотнесения себя с социокультурными ожиданиями и требованиями и в итоге – первым шагом к самоотчуждению.

Во-вторых, необходимой предпосылкой рождения Я-репрезентаций является потребность в самопрезентации для коммуникации с Другим / Другими и с собой. Благодаря ментализации человек более или менее способен не только смотреть на себя глазами Другого, но и корректировать свое поведение для создания выгодного впечатления. При этом:

– достижение безопасности и успешное социальное взаимодействие как сверхцели публичных нарративов могут маскировать страх самораскрытия несостоятельности Я его идеализацией, доминированием, сверхконтролем;

– небезопасность самопонимания как цели нарративов для «внутреннего употребления» может провоцировать защитный самообман, трансформирующий Я в ложное, мифологическое, претенциозное.

В сомнительном выигрыше оказываются лица с «заблуждающейся» самопрезентацией (чаще с истерическими и гистрионическими чертами), выстроенной на множественном обмане Я публичного и самообмане Я внутреннего. В случае нарциссических расстройств самопрезентация является отражением приобретенных в детстве дефектов структуры самости (Я-сам) [7]: защитная призвана скрывать первичный дефект самости, компенсаторная – уравнивать слабость одного полюса самости усилением другого.

Третьей предпосылкой самоотчуждения является дефицит способности человека дифференцировать репрезентации своих Я, Не-Я и Другого и связывать их бытие: эго-состояний Ребенка, Родителя, Взрослого (Э. Берн); Жертвы, Преследователя, Спасателя (С. Карпман); Подсудимого, Судьи, Обвиняемого (А. Б. Орлов); Миротворца, Обвинителя, Компьютера, Шута, Отстраненного (В. Сатир); и т. д. Множественность и неоднозначность Я, с одной стороны – необходимое условие его интеграции и межличностного существования, с другой – содержит в себе риски внутреннего расщепления, противоречий, конфликтов. Адаптивные коалиции Я и Не-Я-репрезентаций в диалоге указывают на тенденцию личности к достижению самотождества, дезадаптивные – на тенденцию к разотождествлению. Уточним основные варианты деструктивных коалиций Я и Не-Я (А. В. Визгина, С. Р. Пантилев, Е. Т. Соколова, И. А. Шаповал и др.):

– Примитивные защиты у лиц с ригидным позитивным самоотношением: сильное Я поглощает или разрушает территорию слабого Не-Я, навязывает ему свою позицию, лишает его права свободно выражать свои интересы. Слабое Не-Я создаёт выгодный фон для признания, инверсии, подчеркивания и демонстрации сильным Я своих достоинств (реальных, мнимых, желаемых).

– Консервативное и ригидное сильное Я защищается от угрозы самоизменения путем нивелирования самооппозиции: унижает, отчуждает и отвергает антипатичное негативное Не-Я.

– В «треугольнике власти» Я и Не-Я обмениваются ролями Жертвы, Спасателя и Преследователя в борьбе за признание чьей-то правоты. Задачи их транзакций: найти и обесценить виноватого, занять позицию жертвы, уйти от обсуждения проблемы и ответственности (С. Карпман, Э. Берн).

– При общем негативном самоотношении и дезадаптации человека: Не-Я-идеал воплощает отсутствующие желаемые качества и выступает для сильного Я «Мучающим Другим».

– Размытые Я- и Не-Я-репрезентации (качества, оценки образов) психологически фракционированы или «сцеплены», их связи и отношения неустойчивы по типу «качелей», а диалог периодически прерывается.

– Ригидное и слаборефлексивное Я отвергает само существование Я-неизвестного или подменяет свое знание «себя» интроектами, что сочетается с отсутствием любопытства к себе, сомнений в себе.

– Идеализированное Я или акцентированное негативное Не-Я не допускают бинарности Я интегрального.

Учитывая степень развернутости описанных коалиций Я и Не-Я в их влиянии на модальность (конфликтность и конструктивность) и результаты их диалога, выделим основные этапы динамики самоотчуждения:

1. Появление субъективных ощущений и проявлений «деструктивного самоотчуждения»: а) разного рода фиксации на себе: самопоглощенности, самоизоляции, самоплененности и очарованности, самонавязанности, самоодержимости и т. д.

2. Неузнавание себя, обнаружение в себе «чужого Я», ощущение невозможности быть собой.

3. Разотождествление Я – бегство от себя и борьба с собой: отделение и утрата суб-Я и Не-Я, отречение и освобождение от них, их забывание.

4. Тоска и мечты о себе другом, планы самоизменения (могут оставаться без реализации).

5. Поиск и применение способов трансформации неприемлемых Не-Я (состояний, желаний, поступков) или их согласования с ресурсами, достоинствами, возможностями Я.

В ходе прохождения этапов разотождествления и самоотчуждения могут ориентироваться на полярные векторы их динамики.

Негативный полюс разотождествления и деструктивный вектор самоотчуждения определяют защитное вытеснение или расщепление Я с отчуждением Не-Я. Следствиями выступают нарушения единства внутренних Я-субъекта и Я-объекта, утрата субъектности, жесткое разграничение суб-Я, растворение Я в проективных идентификациях (Е. Б. Старовойтенко), экзистенциальный вакуум, чувства несвязности и невоплощенности Я, вегетативность, нигилизм, бессилие, авантюризм (С. Мадди), формирование ложного или невротического Я.

Позитивный полюс разотождествления и конструктивный вектор самоотчуждения знаменуют проблематизацию достигнутого уровня развития личности, ее стремление преодолеть границы данного и заданного природой и обществом (К. Домбровский, А. А. Петровский, М. Фуко и др.), поиск выхода на более высокий уровень самоотчуждения и переход к нему (Е. Б. Старовойтенко). Признаками и эффектами этой модальности самоотчуждения являются рождение из осознанных противоречий новых аспектов Я и Не-Я, их рассогласование с устойчивыми свойствами Я, частичная «смерть» Я и трансформации изжившего себя образа.

Выводы. Анализ генеза и взаимодействия Я-репрезентаций в дискурсе самоотчуждения как деструктивного разотождествления Я позволяет констатировать, что интенция к разотождествлению с Я и самоотчуждение

возникают по мере осознания противоречивости Я-репрезентаций. Самоотчуждение возникает в диалоге Я- и Не-Я-репрезентаций, проблематизирующем полярные тенденции Я к самосохранению и к разотождествлению, и может стать выбором Я в отношении обеих этих тенденций. Конструктивный и деструктивный векторы самоотчуждения соотносятся с позитивным и негативным полюсами разотождествления Я и отражают оригинальные дискурсы внутреннего диалога Я и Не-Я-репрезентаций определенного содержания и модальности.

Перспективным направлением настоящего исследования является диагностическая и технологическая инструментализация выявленных закономерностей для практик психологической помощи.

Список литературы

1. Визгина, А. В. Внутренний диалог как ментальный ресурс / А. В. Визгина // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен / отв. редактор А. Л. Журавлев, М. А. Холодная, П. А. Сабадош. – М.: Институт психологии РАН, 2020. – С. 888-897.
2. Визгина, А. В. Особенности Не-Я как подструктуры самосознания / А. В. Визгина, С. Р. Пантилеев // Вопросы психологии. – 2013. – № 6. – С. 42-54.
3. Гротштейн, Д. С. Расщепление и проективная идентификация / Д. С. Гротштейн. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. – 220 с.
4. Емелин, В. А. Деформация хронотопа в условиях социального ускорения / В. А. Емелин, А. Ш. Тхостов // Вопросы философии. – 2015. – № 2. – С. 14-24.
5. Зинченко, В. П. Сознание и творческий акт / В. П. Зинченко. – М.: Языки славянских культур, 2010. – 592 с.
6. Кернберг, О. Ф. Отношения любви: норма и патология / О. Ф. Кернберг. – М.: Независимая фирма «Класс», 2004. – 256 с.
7. Кохут, Х. Восстановление самости / Х. Кохут. – М.: Когито-Центр, 2002. – 316 с.
8. Сапогова, Е. Е. Лабиринты автобиографии: экзистенциально-нарративный анализ личных историй / Е. Е. Сапогова. – СПб.: Алетей, 2017. – 364 с.
9. Сергиенко, Е. А. Модель психического – способность понимания мира людей / Е. А. Сергиенко, Е. И. Лебедева, А. Ю. Уланова // Разработка понятий современной психологии / под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М.: Изд-во Инта психологии РАН, 2018. – С. 269-342.
10. Сигнаевская, О. Р. Мир человека: смыслы и ценности эпохи постмодерна / О. Р. Сигнаевская // Вестник Челябинского государственного университета. Философия. Социология. Культурология. – 2012. – № 4 (258), вып. 23. – С. 11-16.
11. Соколова, Е. Т. Влияние манипулятивных установок на особенности ментализации пациентов с шизотипическими расстройствами / Е. Т. Соколова, К. О. Андреюк // Культурно-историческая психология. – 2018. – Т. 14, № 1. – С. 78-86. – doi: 10.17759/chp.2018140109.
12. Старовойтенко, Е. Б. Самоотжеств Я во внутреннем диалоге / Е. Б. Старовойтенко // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2019. – Т. 16, № 3. – С. 434-453.

13. Фуко, М. Порядок дискурса / М. Фуко // Воля к истине: По ту сторону знания, власти и сексуальности. Работы разных лет. – М. : Магистериум-Касталь, 1996. – С. 47-96.

14. Шаповал, И. А. Дефицитарность границ Я как фактор нарушений ментализации и внутреннего диалога при самоотчуждении / И. А. Шаповал // Вектор науки ТГУ. – 2019. – № 3 (38). – С. 54-60. – doi: 10.18323/2221-5662-2019-3-54-60.

15. Fonagy, P. Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self / P. Fonagy, G. Gergely, E. Yurist, M. Target. – New York : Other Press, 2002. – 592 p.

16. Hermans, H. J. M. Dialogical Self in a Complex World: The Need for Bridging Theories / H. J. M. Hermans // Europe's Journal of Psychology. – 2015. – № 11 (1). – P. 1-4.

Зуева Арина Викторовна,

студент, Нукусский государственный педагогический институт имени Ажинияза,
г. Нукус, Республика Каракалпакстан

Бердыханова Гульнара Нурлыбаевна,

студент, Нукусский государственный педагогический институт имени Ажинияза,
г. Нукус, Республика Каракалпакстан

Клычева Зульфия Полатовна,

кандидат психологических наук, доцент, Нукусский государственный педагогический институт имени Ажинияза, г. Нукус, Республика Каракалпакстан

УЧЕТ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ В ПРАКТИКЕ ВОСПИТАНИЯ

Аннотация. В статье рассматривается актуальная проблема личностного становления ученика в условиях школьного воспитания. В качестве основного объекта внимания педагога выступает эмоциональное состояние школьника. Обоснованы роль и сущность педагогического регулирования эмоционального состояния ученика с позиций воспитания ценностного отношения.

Ключевые слова: эмоциональные состояния; воспитание школьников; школьники; ценностное отношение; педагогическое регулирование.

Zueva Arina Viktorovna,

Student, Nukus State Pedagogical Institute named after Azhiniyaz, Nukus, Republic of Karakalpakstan

Berdikhanova Gulnara Nurlybaevna,

Student, Nukus State Pedagogical Institute named after Azhiniyaz, Nukus, Republic of Karakalpakstan

Klycheva Zulfiya Polatovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Nukus State Pedagogical Institute named after Azhiniyaz, Nukus, Republic of Karakalpakstan

EMOTIONAL STATE OF PERSONALITY IN PRACTICE

Abstract. In article the actual problem of personal formation of the pupil in the conditions of school education is considered. As the basic object of attention of the teacher the emotional condition of the schoolboy acts. The role and essence of pedagogical regulation of an emotional condition of the pupil from positions of education of the valuable relation are proved.

Keywords: emotional states; education of schoolchildren; pupils; value attitude; pedagogical regulation.

Возникшая сегодня неустойчивость социальной, экономической, идеологической ситуации в обществе, переоценка многих нравственных ориентиров вызывает массовое психологическое напряжение, которое сказывается на общем духовном и физическом здоровье современного чело-

века. Данный процесс сопровождается объективно и субъективно нарастающей отчужденностью взрослых от мира детства, все это отражается на структуре всей системы культурно-исторического наследия. Если ранее человек действовал исходя из жизненного опыта, в формах которого осуществлялась кумуляция всего наиболее ценного, оправдывающего себя в процессе жизнедеятельности как объективное, то теперь на передний план структурной модели воспитания выдвинут компонент осмысления жизни как таковой и осмысление вечных проблем жизни, стоящих перед каждым новым поколением и перед каждым отдельным человеком и требующих индивидуального решения – вне зависимости от решения, произведенного общечеловеческой мыслью, отраженной в аккумуляторах культуры.

Сегодня проблему воспитания следует рассматривать с позиций изменяющейся личности в быстро изменяющемся мире. Педагог, выстраивая взаимодействие с учеником, все еще ориентирован на систему внешних воздействий, рассчитанных на коррекцию поведения, сознания личности. В процессе преподавания преобладает прямая и жесткая апелляция к разуму и воле ребенка и уверенность в праве учителя на категоричное требование и обязанность ученика исполнять требование. В результате возрастает эмоциональный дискомфорт, повышается уровень тревожности всех участников образовательного процесса.

«К сожалению, в пространственно-временном континууме профессионального становления и функционирования современного учителя отмечаются явления деформации, а иногда стагнации отдельных компонентов и даже деятельности в целом, утраты ее ценностно-смысловых оснований, ориентации на жестко формальные результаты, нежелания отказаться от сложившихся порой устаревших стереотипов и т. п. Возникла устойчивая тенденция отчуждения учителя от своей профессиональной деятельности, от школы, от ребенка» В итоге педагог, часто непреднамеренно способствует развитию у ученика дидактогении. Это характерно, когда влияние в основном соответствует целям организаторов воздействий, но эффекты могут оказаться незапланированными и противоположными желаемым. Поэтому сегодня необходимо обращение к глубинным основам процесса воспитания, провозгласившим Человека как наивысшую ценность, способного осуществлять свободный осознанный выбор, быть субъектом собственной жизнедеятельности.

Все это способствует направлению внимания педагога к внутреннему миру ученика, учету проживаемого им эмоционального состояния в контексте данной ситуации. Известно, что трудная ситуация приводит к сужению сознания, а, следовательно, к нарушению ориентировки в окружающем пространстве. Излишняя тревога, волнение влияют на выбор стратегии поведения. Человек стремится избежать малейшего риска, боится идти в том направлении, которое грозит заблуждениями и ошибками, поэтому каждую новую информацию он стремится связать с аналогичной, уже известной ему.

В этой ситуации он очень часто совершает ошибки, принимая неправильное решение. «Это тягостная для человека невозможность движения вообще при насущной потребности выйти из мучительного состояния. Будучи устойчивым, такое состояние разрушает личность и ее отношения с миром». В результате чего человек отчуждается от собственного внутреннего мира и от других людей. «... Человек удаляется от своей уникальной сущности, не имеет возможности ее выразить, впадает в безрадостность стандартного существования. Мы можем доверять только такому миру, который открывается нам в перспективе нашего уникального пути; миру, насыщенному вызывающему к нам, единственно к нам обращенными возможностями». Педагог через обращение к внутреннему миру ученика, его актуальному состоянию помогает ребенку раскрыть его личностный потенциал, перспективы его «уникального пути». Еще П. К. Анохин утверждал, что в субъективном состоянии собраны все детальные процессы организма, которые представлены в «снятом виде, и только фокус субъективного состояния, являясь теперь представителем целого организма, стал руководящим фактором.». Педагог, сфокусировав внимание на актуальном состоянии ученика, и во время, распознав его, помогает школьнику оставаться в поле значимой для него деятельности, а значит, поддержать перспективы личностного развития. Хотя категория «состояние» давно является значимой в организации воспитательного процесса, но в теории и практике педагогических исследований она и сегодня не находит своего заслуженного внимания. Н. Д. Левитов еще в 60-е гг. XX в. указал на значимость учета и регулирования состояния школьника. «Чуткий, внимательный педагог своевременно заметит возникновение того психического состояния у учащихся, которое требует умелого педагогического регулирования». В связи со сложностью и многозначностью данного понятия (Н. Д. Левитов, Б. Г. Ананьев, С. Л. Рубинштейн, В. А. Ганзен, Ю. Е. Сосновикова, А. О. Прохоров и др.) оно не имеет и сегодня однозначного определения. Это широкая психологическая категория, которая охватывает разные виды интегрированного отражения ситуации, воздействий на субъект как внутренних, так и внешних стимулов. К внешним стимулам относится и, организуемый педагогом воспитательный процесс в школе, та значимая совместная деятельность, в процессе которой ученик проживает свою успешность. Именно проживаемое учеником состояние в данный момент деятельности и определяет его успешность, так как иррадирует на все сферы личности: рациональную, эмоциональную и практически-действенную. Педагог в процессе организации деятельности, зная, что состояния динамичны, благодаря их проявлениям (склоненная поза, улыбка, размашистые движения ученика и т. д.), распознает и отслеживает динамику настроений школьника. По мнению Н. Д. Левитова, настроение – это общее эмоциональное состояние, окрашивающее переживания и деятельность человека. Известно, что развитие личности происходит благодаря проживанию противоречий, а, следовательно, разнообразных по модальности состояний.

В. Франкл писал о том, что считает опасным ложное понятие душевной гигиены, предполагающее, что человек в первую очередь нуждается в равновесии, или, как это называется в биологии, в «гомеостазе», то есть в ненапряженном состоянии. Он нуждается не в снятии напряжения любой ценой, а в зоне потенциального смысла, ждущего от него осуществления. Следовательно, актуальное состояние ученика можно рассматривать как временный функциональный уровень оптимальный для данного вида деятельности. Состояние всегда носит временный характер. Универсальным желательным для любой деятельности является состояние открытости, спокойствия и уверенности в своих силах. Данное состояние характеризуется расширением сознания, яркостью и ясностью отражения действительности, целостностью этого отражения, углубленным пониманием собственного «Я», уравновешенностью в отношениях, позитивным настроением (состояние увлеченности, уверенности и т. д.). Поэтому так важно снижение излишнего напряжения, чтобы ученик смог увидеть то новое, интересное, что предлагает педагог в процессе организации совместной деятельности. Педагог учитывает, что каждому виду деятельности может соответствовать целая палитра эмоциональных состояний (на уроке физкультуры учеником могут проживаться не только возбуждение и спортивный азарт, но и обида, раздражение по поводу проигрыша в соревновании; на литературе – вдохновение, мечтательность, а может быть, и сострадание главному герою литературного произведения). В процессе совместной деятельности характерны «переливы» состояний, оптимальные состояния педагог поддерживает и закрепляет. Динамику желаемых актуальных состояний прослеживал А. Я. Чебыкин. Установлено, что на первом этапе учебной деятельности учащиеся в наибольшей степени желают испытывать удивление, любопытство, догадку, а при рассмотрении и усвоении основного содержания дидактического материала – любопытство, любознательность, радость, догадку. На заключительном этапе учебной деятельности приоритет получают эмоции интереса, любознательности, увлечения, удовольствия, радости и др. Известно, «что «силы и добродетели», позитивные личностные образования, помогают субъекту выдерживать напряжение продуктивного существования. Но для того, чтобы полнее обрисовать позитивный вариант, желательно определить крайности и «неправильности», между которыми он находится». Актуальное состояние школьника, оставаясь в фокусе внимания педагога, с одной стороны, определяет процесс совместной деятельности, а с другой, само развивается, представляя целую палитру эмоциональных переливов. Поэтому в наше противоречивое динамичное время очень важно очертить границы допустимых актуальных состояний, которые не будут препятствовать включению школьника в продуктивную деятельность, но будут направлены на развитие личности. Границы поля актуальных состояний задаются полярными точками характеристик энергетических (сила, глубина и интенсив-

ность переживаний) и содержательных (характеристика отношения). Приведем примеры полярно противоположных состояний ученика:

активность – пассивность;

бодрость – утомление (слабость);

воодушевление – апатия и др.

Безусловно, становление личности должно проходить в благополучных социальных условиях. Основа воспитания – это формирование положительного социального опыта, но современная противоречивая жизнь ввергает школьника в водоворот социальных катаклизмов, создающих сильное напряжение его духовных сил. Поэтому так важно, сегодня поддерживать становление личности, очертив границы допустимых эмоциональных состояний. Эти полярные состояния обуславливают качество деятельности: активность действий ученика, меру его усилий, уровень осмысленности, глубину интереса к объекту деятельности, степень сосредоточенности на объекте. Границы поля эмоциональных состояний предполагают возможность проживания субъектом различных состояний – как благоприятных (радость, воодушевление), так и неблагоприятных (недовольство, уныние). Вместе с тем, учитель учитывает, что в границах эмоционального поля ученика не должно быть состояний негативных, преждевременных, асоциальных по направленности: на половое влечение, состояний удовлетворения от крови, насилия, жестокости, ориентированных на власть, капитал, разрушение, аутоагрессию, наслаждение от зла и др. За пределами нашего поля находятся состояния, у которых нет альтернативы. Проживание этих состояний в процессе становления личности школьника очень опасно, так как именно в этом возрасте активно действуют стихийные механизмы личностного становления: эмоциональное заражение, подражание, идентификация (соотнесение себя с наиболее ярким образом другого человека, который пленяет его, кажется ему образцом, героем). Поэтому в ситуации проживания учеником неблагоприятного состояния, которое не позволяет ему включиться в продуктивную деятельность, фокус внимания смещается с процессуальной стороны деятельности на состояние в контексте конкретной ситуации. Как показали проведенные нами исследования, наиболее типичными и требующими немедленного педагогического регулирования выступают состояния страха, обиды, агрессии, злости. «Опытный педагог не будет озадачен нежелательным состоянием класса, а, заметив первые симптомы этого состояния, примет меры к его устранению.

Закрепляя положительные и угашая отрицательные психические состояния учащихся на уроке, педагог тем самым создает благоприятную почву для работоспособности учащихся» [4, с. 90]. Приведенную выше мысль Н. Д. Левитова поддерживает и А. Г. Ковалев: «Исследованием ... доказано, что можно произвольно влиять на состояние школьника и путем определенной стимуляции формировать активные состояния, значительно

повышающие работоспособность и качество выполнения задач ... У всех учащихся после такой стимуляции возникло оптимальное рабочее состояние: концентрированное внимание, оптимальный уровень аналитико-синтетической деятельности, повышенная запечатлеваемость, положительный эмоциональный настрой. Оказалось, что при такой стимуляции точность в решении задач значительно повышалась, а затрата времени резко снижалась». В стимуляцию как эффективно действующие факторы активизации автор предлагает вводить положительную оценку предшествующих результатов и одобрение.

Педагогическое регулирование с опорой на положительные актуальные состояния ученика, функционально более долгосрочно. При этом педагог опирается на опыт ребенка, учитывает его предшествующее состояние, ценностные ориентации, контекст ситуации. И, наоборот, опора взрослого на отрицательные состояния ученика дает в итоге краткосрочный функциональный эффект, но обычно долгосрочный дисфункциональный. Педагог учитывает, что у школьника могут преобладать процессы обособления, концентрации на себе, но если они не способствуют включению ребенка в деятельность, приобретают разрушительный характер и могут быть опасными для самого ученика и окружающих его детей, тогда они требуют особого пристального внимания учителя. Важная миссия педагога состоит в том, чтобы в процессе формирования ценностного отношения увидеть этот удивительный момент проживания состояния и поддержать ребенка в выборе осмысленного вектора его дальнейшего личностного развития.

Поэтому внимание профессионала направлено на динамичный внутренний мир ученика. Сама «проблема регулирования эмоциональных состояний является одной из сложнейших в психологии и одновременно относится как к фундаментальным, так и прикладным проблемам». Поэтому в решении данного вопроса мы опирались на положение С. Л. Рубинштейна, который указывал, что нельзя произвольно, по заказу вызывать то или иное чувство: чувства не подвластны воле, они своевольные дети природы. Но чувства можно косвенно направлять и регулировать через посредство деятельности, в которой они и проявляются, и формируются.

Педагогическое регулирование состояния школьника – это целенаправленная регуляция, которая всегда индивидуально и личностно окрашена. Благодаря целенаправленному регулированию состояния субъекта в процессе организуемой деятельности возможности ученика к саморегуляции постепенно возрастают и расширяются. Основными задачами педагога в процессе педагогического регулирования эмоционального состояния ученика в контексте воспитательного процесса являются следующие положения:

- изучение проблем становления субъекта жизнедеятельности и учет проживаемого школьником состояния;

– оптимизация личностных ценностей ребенка, расширение и разветвленность целевой структуры педагогической деятельности, ее обращение в будущее;

– предупреждение стрессовых ситуаций, повышение устойчивости ребенка к воздействию стрессогенных факторов за счет формирования эффективных психологических механизмов саморегуляции, повышающих личностные ресурсы.

Педагогическое регулирование – это целенаправленное воздействие педагога на эмоциональное состояние школьника с целью поддержания или изменения характера его протекания для включения субъекта в деятельность как систему ценностных отношений во имя личностного развития. Педагогическое регулирование способствует формированию системы ценностных отношений и основывается на учете личностных ценностей ученика. Педагогическое регулирование направлено на то, чтобы инициировать саморегуляцию субъекта. Как только ребенок становится способен самостоятельно регулировать свое состояние в зависимости от контекста ситуации, педагогическое воздействие «снимается», педагог предоставляет возможность ученику самому выстраивать систему ценностных ориентаций, накапливать собственный уникальный опыт.

Список литературы

1. Анохин, П. К. Узловые вопросы теории функциональной системы / П. К. Анохин. – М., 1980.
2. Водяха, С. А. Психологический анализ проявлений отчужденности в подростковом возрасте / С. А. Водяха, Ю. Е. Водяха // Ярославская психологическая школа: актуальные проблемы практической психологии : материалы Всероссийского научно-практического форума / под редакцией А. В. Карпова. – 2020. – С. 124-128.
3. Иванченко, Г. В. Понятие метапатологии у А. Маслоу: контексты и перспективы / Г. В. Иванченко // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2008. – Т. 5, № 3. – С. 105-122.
4. Ковалев, А. Г. Психология личности / А. Г. Ковалев. – М., 1969.
5. Левитов, Н. Д. Детская и педагогическая психология / Н. Д. Левитов. – М., 1964.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб., 2003.
7. Сластенин, В. А. Педагогическое образование: вызовы XXI века : Доклад на международной научно-практической конференции «Педагогическое образование: вызовы XXI века». М., 16-17 сентября 2010 г. / В. А. Сластенин. – Ярославль, 2010.

Хойна Марина Николаевна,

студент, Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского, г. Симферополь, Россия

Верна Вероника Валериевна,

кандидат экономических наук, доцент, Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского, г. Симферополь, Россия

ВЛИЯНИЕ БЛАГОПРИЯТНОГО СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В КОЛЛЕКТИВЕ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ СОТРУДНИКА

Аннотация. В статье представлена значимость психологического благополучия сотрудника для эффективного выполнения им трудовых обязанностей. Обосновывается важность здорового социально-психологического климата в коллективе. Выделены основные характеристики, необходимые для формирования благоприятной рабочей атмосферы в организации.

Ключевые слова: психологическое благополучие; социально-психологический климат; эмоциональное выгорание; управление персоналом; удовлетворенность трудом; персонал организации.

Hoyna Marina Nikolaevna,

Student, Crimea Federal University named after V.I. Vernadsky, Simferopol, Russia

Verna Veronica Valerievna,

Candidate of Economics, Associate Professor, Crimea Federal University named after V.I. Vernadsky, Simferopol, Russia

INFLUENCE OF A FAVORABLE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL CLIMATE IN THE COLLECTIVE ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE EMPLOYEE

Abstract. The article presents the importance of the psychological well-being of an employee for the effective performance of his work duties. The importance of a healthy socio-psychological climate in the team is substantiated. The main characteristics necessary for the formation of a favorable working atmosphere in the organization are highlighted.

Keywords: psychological well-being; socio-psychological climate; emotional burnout; personnel Management; job satisfaction; organization personnel.

В современных условиях процесс модернизации российской экономики связан не только с оптимизацией технологии производства, но и с развитием социально-психологических проблем в совместной деятельности сотрудников предприятия, что обуславливает необходимость активизации исследований в рамках организационного взаимодействия членов трудового коллектива.

Психологический климат является показателем уровня социального развития коллектива и его психологических резервов, способствует более полной

реализации членов коллектива в профессиональной деятельности, определяет гармоничное развитие личности, ее включенность в процесс развития.

Социально-психологический климат характеризуется как благоприятный или неблагоприятный. Для благоприятного социально-психологического климата характерны такие состояния работников как оптимизм, взаимная поддержка, открытость коммуникации, доверие, чувство защищенности, безопасности, межличностные симпатии и т. д. Для неблагоприятного социально-психологического климата характерны такие состояния работников, как пессимизм, подозрительность, недоверие друг к другу, раздражительность, высокая напряженность, конфликтность и т. д. [1].

Благоприятный (или неблагоприятный) социально-психологический климат складывается постепенно, в процессе совместной деятельности, вследствие коллективного осмысления и переживания по поводу конкретных общих действий, событий, и в результате межличностного общения, в том числе и неформального.

Для формирования оптимального социально-психологического климата необходимо систематическое воспитательное воздействие на коллектив и отдельных членов коллектива, а также реализация мер, которые направлены на улучшение функционирования коллектива, обеспечения его удовлетворенности трудом и защищенности.

Основными характеристиками состояния психологического климата коллектива являются объективные и субъективные показатели (табл. 1). В результате их анализа, изучения потребностей и особенностей каждого члена коллектива, и факторов, побуждающих персонал к труду, руководство организации определяет основные направления деятельности по созданию здорового психологического климата в коллективе, уделяя внимание целям и задачам самого предприятия.

Таблица 1

*Показатели, характеризующие состояние
психологического климата коллектива*

Объективные показатели	Субъективные показатели
1. Экономические (размер заработной платы, премий и т. д.).	1. Удовлетворенность сотрудников трудовой деятельностью.
2. Социальные (культурно-бытовое обслуживание, предоставление жилья, детского сада для детей и т. д.).	2. Материальная и нематериальная мотивация персонала.
3. Регламентирующие (дисциплина, характер движения кадров и т. д.).	3. Авторитет руководства и непосредственного начальника.
4. Производственно-гигиенические (освещенность, наличие шума, загрязненность помещения).	4. Сплоченность членов коллектива.
5. Культурные (цели, нормы, ценности и правила организации).	5. Неофициальные отношения внутри трудового коллектива.

6. Эффективность и продуктивность деятельности (конечные результаты работы).	6. Личностные особенности каждого сотрудника (характер, принципы, потребности и т. д.).
--	---

Оптимальность социально-психологического климата считается достигнутой, если совокупный эмоциональный настрой коллектива помогает достигать высокой эффективности совместного труда и выражает максимально позитивное психологическое самочувствие членов группы.

Выделяют три климатические зоны, характеризующие уровень социального взаимодействия в коллективе, из которых каждая имеет большое значение для формирования здорового микроклимата:

1. Первая климатическая зона – социальный климат, характеризующейся уровнем осознанности общих целей и задач, уважением друг друга, соблюдением правил и особенностей каждого члена коллектива.

2. Вторая климатическая зона – моральный климат, определяющийся принятыми моральными ценностями в трудовом коллективе.

3. Третья климатическая зона – психологический климат, подразумевающий под собой межличностные отношения и неофициальное взаимодействие всех членов коллектива [2].

Рабочие конфликты, нездоровая атмосфера, давление или изоляция в коллективе может привести к эмоциональному выгоранию сотрудника, что оказывает влияние на его психологическое благополучие. Эмоциональное выгорание возникает при затяжном стрессе, в связи с чем, энергия начинает постепенно угасать, что в конце может привести к сильной депрессии и отсутствию желания чем-либо заниматься. Тем самым, сотрудникам необходимо устанавливать границы между рабочим и свободным временем: не брать все задания руководства, ограничить период, во время которого он отвечает на электронные письма, отключать уведомления на устройствах в свободное время, использовать разные приложения для личных переписок и переписок по работе.

В свою очередь, руководство, также должно обеспечивать оптимальный баланс рабочего времени и отдыха для своих сотрудников, уменьшая их усталость и повышая желание работать. Поддержка руководителя, частое общение и рациональное разделение обязанностей между членами коллектива обеспечивают спокойствие персонала, поэтому сотрудники, которые полностью согласны с тем, что они чувствуют поддержку со стороны своего руководителя, реже испытывают выгорание на регулярной основе.

Кроме того, стоит отметить, что личность руководителя играет важнейшую роль в формировании благоприятного социально-психологического климата, поскольку он выступает регулятором межличностных взаимоотношений и взаимодействия между членами трудового коллектива, и поддерживает складывающиеся неформальные отношения и традиции, которые очень важны для подчиненных и составляют в совокупности специфику социально-психологического климата трудового коллектива [3].

По данным исследования Businessolver Workplace Empathy Monitor, 60% опрошенных сотрудников утверждают, что согласны не получать повышения заработной платы в случае, если оказывается психологическая помощь со стороны руководства. Кроме того, стоит отметить, что психологическое благополучие особенно важно для миллениалов: почти 80% респондентов сменили бы работу, если бы их нынешний руководитель проявлял меньше сочувствия и сопереживания [4].

Руководитель организации выполняет ряд важнейших функций, необходимых для поддержания благоприятной трудовой деятельности и, как следствие, высокой производительности труда. В соответствии с этим, он может выступать в различных ролях, которые будут оказывать определенное воздействие на коллектив:

1. Наставник. Данный руководитель вдохновляет сотрудников на высокие результаты, поддерживая их в любых начинаниях. Он располагает к себе каждого работника, делится с ним своим опытом, а также выстраивает доверительные отношения. Климат в таком коллективе характеризуется доброжелательностью каждого члена и готовностью поделиться своими знаниями и навыками.

2. Командный игрок. Руководитель характеризуется непосредственным сотрудничеством с коллективом. Его роль заключается в способности влиять, умело вести переговоры, находить ресурсы, а также мотивировать сотрудников и обеспечивать их правильную расстановку. Это обеспечивает сплоченность работников и готовность достигать общих целей.

3. Менеджер. Данная роль является наиболее распространенной, поскольку задачами такого руководителя является умение организовать людей, четкая постановка цели и контроль ее своевременного достижения. Предполагается, что менеджер знает обо всем происходящем в коллективе, следит за тем, как люди соблюдают установленный порядок и насколько коллектив соответствует своим задачам.

4. Предприниматель. Характеризуется сосредоточением на работе, большой заинтересованностью, энергией и движущей силой. Руководитель в любой момент готов взять ответственность за свои поступки и действия персонала. Тем самым, это вдохновляет сотрудников достигать высоких результатов, стремиться к саморазвитию и самосовершенствованию, основываясь на опыте своего руководства.

5. Хозяин. Данный руководитель всегда стремится достичь эффективного функционирования организации. Он стремится к достижению долгосрочных результатов, использует свой профессионализм и личные качества. В связи с чем, уделяется мало внимания к человеческим потребностям.

6. Новатор. Человек в этой роли руководителя способен мыслить нестандартно, быстро адаптироваться к новым условиям, требуя творчества и смелости от трудового коллектива. Данный руководитель любит ставить эксперименты и не ориентироваться на принятые стандарты. Однако новшества не всегда могут привести к достижению заданного результата [5].

Появление удаленной занятости также оказало значительное воздействие на уровень психологического благополучия сотрудников. Персонал российских организаций стал чаще тревожиться в связи с неуверенностью в завтрашнем дне, отсутствием живого общения и уменьшением двигательной активности. В связи с чем, работодатели стали уделять данному аспекту внимание. Так, «Почта банк» вместе с Высшей школой экономики запустил для сотрудников психологическую поддержку: каждый может бесплатно пройти три сессии в дистанционном формате по Skype или WhatsApp [6]. Тем самым, руководители, несмотря на изменение форм трудовых отношений, находятся на связи со своими сотрудниками. Это позволяет им избежать эмоционального выгорания, предотвращает развитие стресса и улучшает взаимоотношения.

Таким образом, формирование психологического благополучия сотрудников происходит под влиянием уровня социально-психологического климата в трудовом коллективе. Оказывая значительное воздействие на удовлетворенность персонала содержанием труда, длительное или острое нарушение нормального психологического состояния персонала может привести к серьезным последствиям. Соответственно, задачей каждой организации является налаживание отношений между сотрудниками, формирование безопасных условий для выполнения трудовых обязанностей, обеспечение каналов коммуникации, с целью достижения оптимального состояния социально-психологического климата в коллективе с учетом потребностей каждого его члена.

Список литературы

1. Как работодатели помогают сотрудникам побороть стресс. – URL: <https://www.vedomosti.ru/management/articles/2020/04/27/829129-rabotodateli-stress> (дата обращения: 10.03.2021). – Текст : электронный.
2. Ковалева, С. В. Роль руководителя в формировании социально-психологического климата трудового коллектива / С. В. Ковалева, С. И. Филиппенкова // Вестник тверского государственного университета. Серия: науки об обществе и гуманитарные науки. – 2020. – № 3 (22). – С. 76-81.
3. Кончакова, А. А. Социально-психологический климат в коллективе: особенности влияния стиля руководства / А. А. Кончакова // Ученые записки Тамбовского отделения РОСМУ. – 2018. – № 11. – С. 209-214.
4. Особенности формирования социально-психологического климата в коллективе. – URL: <https://ppt-online.org/260858> (дата обращения: 10.03.2021). – Текст : электронный.
5. Шесть ролей, которые руководитель играет каждый день. – URL: <https://www.gd.ru/articles/8860-qqq-16-m10-18-10-2016-rol-i-rukovoditelya> (дата обращения: 10.03.2021). – Текст : электронный.
6. Businessolver Finds Workplaces Still Lack Empathy. – URL: <https://www.businessolver.com/who-we-are/news/businessolver-finds-workplaces-still-lack-empathy#gref> (дата обращения: 09.03.2021). – Текст : электронный.

Матвеева Светлана Владимировна,

кандидат психологических наук, доцент, Балашовский институт (филиал) Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского, Балашов, Россия

Филиппов Александр Вячеславович,

студент, Балашовский институт (филиал) Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского, Балашов, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ В ИНКЛЮЗИВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Аннотация. В статье акцентируется внимание на особенности инклюзивного образования, рассматриваются принципы, условия инклюзивной образовательной среды. Раскрывается содержание понятия «психологическое благополучие». Описываются результаты исследования психологического благополучия у обучающейся молодежи с ограниченными возможностями (инвалиды по зрению) и здоровых людей студентов БИ СГУ г. Балашова. Проводится сравнительный анализ результатов исследования.

Ключевые слова: инклюзии; инклюзивное образование; инклюзивная образовательная среда; образовательный процесс; психологическое благополучие.

Matveeva Svetlana Vladimirovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

Filippov Alexander Vyacheslavovich,

Student, Balashov Institute (branch) of Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky, Balashov, Russia

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE INDIVIDUAL IN AN INCLUSIVE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Abstract. The article focuses on the features of inclusive education, examines the principles and conditions of an inclusive educational environment. The content of the concept of “psychological well-being” is revealed. The article describes the results of a study of psychological well-being in students with disabilities (visually impaired) and healthy people of students of BI SSU in Balashov. A comparative analysis of the results of the study is carried out.

Keywords: inclusion; inclusive education; inclusive educational environment; educational process; psychological well-being.

На протяжении длительного времени в обыденном сознании складывалось представление о слепом как о личности неполноценной. В итоге возможности слепых людей считались ограниченными. В настоящее время отношение кардинально изменилось, но проблемы остались. В нашей стране, по данным Министерства здравоохранения, более миллиона человек страдают различными заболеваниями глаз и нарушениями зрения.

К сожалению, современные реалии не звучат обнадеживающе: увеличивается загруженность человека при работе за компьютером, начиная со школьного возраста; проблемы экологического характера и другие. В итоге сложности со зрением только увеличиваются с каждым годом.

Такие люди имеют разнообразные проблемы, связанные с построением взаимоотношений в социуме. Важна социально-психологическая адаптация, которая помогает преодолевать страхи и трудности. В. Гудонис, С. С. Лебедева, А. Г. Литвак и другие считают, что зависимость развития психики от состояния зрительных функций чаще проявляется не столько в конечных результатах этого процесса, сколько в его динамике. Значимыми факторами, оказывающими негативное воздействие, могут являться некачественное обучение, ограниченность социальных контактов и др.

На современном этапе всё больше проявляется тенденция к гуманизации в образовании и во всех других сферах. Идёт поиск возможных способов социальной интеграции инвалидов, для того, чтобы создать для всех равные условия и возможности жизни в обществе. В современной психологической литературе недостаточно представлены исследования, посвященные изучению развития личности людей со зрительным дефектом. Эта проблема требует длительного и всестороннего изучения для того, чтобы личность испытывала в итоге психологическое благополучие наравне с другими людьми.

В современном мире инклюзия является одним из основных направлений развития образовательного процесса во всём мире. Инклюзивное образование дает возможность реализовать потребность в образовании людям с разными возможностями и тем самым реализовать своё право на образование.

Образовательную среду можно представить как подсистему исторически сложившейся социокультурной среды. При этом она содержит также организованные для развития личности ребёнка педагогические условия [1].

В. А. Ясвин образовательную среду рассматривает как систему влияний и условий формирования личности, а также как совокупность возможностей для ее развития, которые содержатся в 1) пространственно-предметном и 2) социальном окружении [2].

В основе инклюзивного образования лежат следующие принципы: 1) любой человек может думать и чувствовать; 2) человек представляет собой ценность в зависимости от его достижений и способностей; 3) все люди нуждаются в общении и хотят, чтобы их слышали; 4) в основе реального образования лежат взаимоотношения между обучающим и обучающимися; 5) люди испытывают потребность друг в друге; 6) возможность переживать разные чувства, выполнять новые виды деятельности и другого рода активность стимулирует жизнь человека; 7) человеку важно чувствовать поддержку, испытывать дружбу сверстников; 8) прогресс для

обучающихся состоит в том, что они могут делать что-то новое, расширяется круг их возможностей.

Инклюзивная образовательная среда предполагает, что могут быть решены сложности образования для детей с ограниченными возможностями. Это может быть благодаря тому, что образовательное пространство адаптируется к насущным нуждам каждого обучающегося. Для более активного участия для таких детей, возможно, использовать: 1) методическую гибкость, вариативность; 2) создание благоприятного психологического климата; 3) изменения учебных помещений, чтобы они были удобны для всех детей; 4) реформирование образовательного процесса.

Психологическое благополучие рассматривается К. Риффом как целостное субъективное переживание, которое очень важно для человека и связано с такими понятиями как «счастье», «самореализация» и т. п. [3]. Это интегральное системное состояние, которое состоит из разнообразных взаимосвязей психологических, физических, социальных, культурных и духовных факторов. Раскрывая психологическое благополучие, обычно человек описывает особые состояния, моменты, связанные, по мнению личности, с позитивными переживаниями, удовлетворением отдельных моментов в жизни.

К. Рифф выделил базовые элементы, определяющие данное понятие: 1) постоянное саморазвитие и максимальная самореализация, обеспечивающая рост личности; 2) позитивные взаимоотношения с окружающими, которые создают возможность создавать открытое доброжелательное общение; 3) целенаправленность, выражающаяся в признании ценности своей жизни, всех ее моментов; 4) независимость, дающая возможность отстаивать свои взгляды и мысли; 5) позитивное оценивание себя – признание всех своих положительных и отрицательных сторон, которые являются продолжением наших достоинств; 6. компетентное управление, предполагающее достижение цели в жизни, не смотря на трудности.

Экспериментальное исследование особенностей личности здоровых людей и инвалидов по зрению проводилось в г. Балашове. Исследуемую группу составили 5 человек с ограниченными возможностями в возрасте от 18 до 25 лет, из них 3 юношей 2 девушки. Все инвалиды по зрению, не имеют отклонений в интеллектуальном развитии и обучаются или обучались в средне-специальных или высших учебных заведениях. Контрольную группу составили здоровые люди, обучающиеся в БИ СГУ г. Балашова – 5 человек, из них 3 юношей и 2 девушки.

Гипотеза исследования: существуют различия личностных особенностей у слабовидящих людей и людей с хорошим зрением.

В ходе исследования нами был использован комплекс методик. Приводим фрагмент исследования. Опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко), в

котором предлагаются утверждения, касающиеся того, как человек относится к себе и своей жизни.

В ходе проведения исследования были получены следующие результаты. У 1 чел. – 20% опрошенных средний уровень психологического благополучия; 4 чел. – 80% опрошенных имеют высокий уровень. Проводя анализ по шкалам, можно говорить о том, что средние значения по всем шкалам превышают средние показатели. Наибольшие значения получили шкалы: «позитивные отношения» и «цель в жизни». Наименьшие значения получили шкалы: «автономия» и «личностный рост».

Оценивая общий показатель психологического благополучия в группе людей с нарушениями зрения, получили, что у 1 чел. – 20% опрошенных низкий уровень психологического благополучия. 3 чел. – 60% опрошенных имеют средний уровень психологического благополучия. 1 чел. – 20% опрошенных имеет высокий уровень психологического благополучия. Средние значения по всем шкалам превышают средние показатели.

Шкалы психологического благополучия

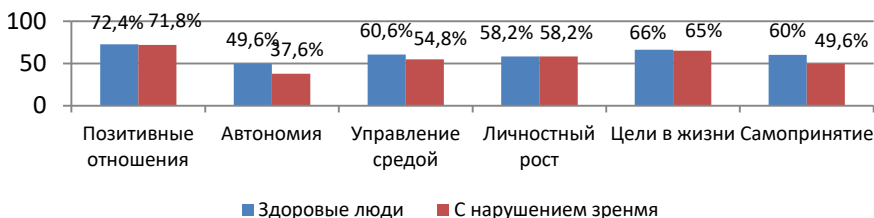


Рис. 1. Результаты психологического благополучия по шкалам в группе здоровых людей и людей с нарушениями зрения

Наибольшие значения получили шкалы: «позитивные отношения» и «цель в жизни». Наименьшие значения получили шкалы: «автономия» и «самопринятие». Сравнительные результаты опросника по шкалам в группе здоровых людей и людей с нарушениями зрения представлены на рисунке 1.

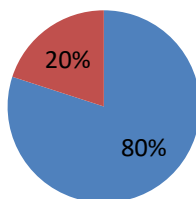
Таким образом, сравнивая результаты опросника по шкалам в группе здоровых людей и людей с нарушениями зрения, мы видим, что лишь одна шкала получила равные значения – это «личностный рост». Это говорит о том, что все люди: и здоровые и люди с нарушениями зрения постоянно развиваются. Они открыты новому опыту, испытывают чувство реализации своего потенциала, наблюдают улучшения в себе и своих действиях с течением времени; изменяются в соответствии с собственными познаниями и достижениями.

Так же наименьшее расхождение в показателях получили и шкалы «позитивные отношения» и «цели в жизни». Это означает, что здоровые люди и люди с нарушениями зрения практически одинаково имеют удо-

влетворительные, доверительные отношения с окружающими; заботятся о благополучии других; способны сопереживать, допускают привязанности и близкие отношения; понимают, что человеческие отношения строятся на взаимных уступках. Имеют цель в жизни и чувство направленности; считают, что прошлая и настоящая жизнь имеет смысл; придерживаются убеждений, которые являются источниками цели в жизни; имеют намерения и цели на всю жизнь.

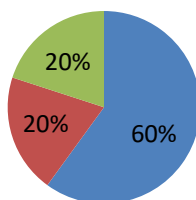
Психологическое благополучие

Здоровые люди



■ Высокий уровень ■ Средний уровень

С нарушением зрения



■ Высокий уровень
 ■ Средний уровень
 ■ Низкий уровень

Рис. 2. Уровни развития психологического благополучия в группе здоровых людей и людей с нарушениями зрения

Наибольшие расхождения в показателях имеют шкалы: «автономия» и «самопринятие». Это означает, что люди с нарушениями зрения в большей степени, чем здоровые люди зависят от мнения и оценки окружаю-

щих; в принятии важных решений полагаются на мнение других; поддаются попыткам общества заставить думать и действовать определенным образом. Люди с нарушениями зрения в большей степени, чем здоровые люди не довольны собой, разочарованы событиями своего прошлого, испытывают беспокойство по поводу некоторых личных качеств, желают быть не тем, кем он или она являются. Сравнительные показатели психологического благополучия, представлены на рисунке 2.

Выводы. Таким образом, в группе здоровых людей уровень психологического благополучия выше, чем в группе людей с нарушениями зрения. Личностные особенности людей с нарушениями зрения отличаются от личностных особенностей здоровых людей. Для подтверждения достоверности различий был использован U-критерий Манна-Уитни. Проверим значимость различий по шкалам.

1. По шкале «Позитивные отношения» между группой здоровых людей и группой людей с нарушениями зрения различия не значимы ($U_{\text{эмп}}=11,5$). Возможно, испытуемые из обеих групп одинаково стремятся заботиться о благополучии других, могут сопереживать, строить близкие отношения.

2. По шкале «Автономия» между группой здоровых людей и группой людей с нарушениями зрения были получены значимые различия ($U_{\text{эмп}}=0$ (при $p \leq 0,01$). Возможно, люди с нарушением зрения больше зависят от мнения и оценки окружающих. Они чаще полагаются на мнение других людей в принятии важных решений. Их легче заставить думать и действовать определенным образом.

3. По шкале «Управление окружением» между группой здоровых людей и группой людей с нарушениями зрения были получены значимые различия $U_{\text{эмп}}=0,5$ (при $p \leq 0,01$). Возможно, люди с нарушением зрения больше испытывают сложности в организации повседневной деятельности. Они чувствуют себя неспособными изменить или улучшить складывающиеся обстоятельства. В силу ограниченных возможностей лишены чувства контроля над происходящим вокруг.

4. По шкале «Личностный рост» между группой здоровых людей и группой людей с нарушениями зрения различия не значимы ($U_{\text{эмп}}=11,5$). Возможно, испытуемые из обеих групп обладают чувством непрекращающегося развития, открыты новому опыту.

5. По шкале «Цель в жизни» между группой здоровых людей и группой людей с нарушениями зрения различия не значимы ($U_{\text{эмп}}=11$). Возможно, для всех испытуемых прошлая и настоящая жизнь имеет смысл. У них есть намерения и цели на всю жизнь.

6. По шкале «Самопринятие» между группой здоровых людей и группой людей с нарушениями зрения были получены значимые различия $U_{\text{эмп}}=0$ (при $p \leq 0,01$). Возможно, люди с нарушением зрения чаще не довольны собой по какому-либо поводу. Они переживают беспокойство по поводу некоторых личных качеств, желая быть не тем, кем он или она является.

Таким образом, по трем шкалам из шести были выделены достоверные отличия, что доказывает выдвинутую гипотезу. Результаты экспериментального исследования показали необходимость в разработке тренинговой программы для людей с нарушениями зрения, направленной на развития позитивного самоотношения.

Список литературы

1. Андреев, П. В. Психолого-педагогические условия развития психологической готовности дошкольников к взаимопомощи : дис. ... канд. психол. наук / Андреев П. В. – Самара, 2008. – 186 с.
2. Ясвин, В. А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию / В. А. Ясвин. – М. : Смысл, 2001. – 365 с.
3. Ryff, C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological wellbeing / C. D. Ryff // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 57. – P. 1069-1081.

Велиева Светлана Витальевна,

кандидат психологических наук, доцент, Чебоксарский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, г. Чебоксары, Россия

ПРОЯВЛЕНИЯ КОМПОНЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ПЕДАГОГОВ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ РАБОТЫ

Аннотация. Исследование субфакторов и интегрального показателя профессионального выгорания у педагогов дошкольного образования с помощью методик OSS и MBI/ПВ позволило установить, что у молодых педагогов склонность к профессиональному выгоранию выше, чем у стажистов; у начинающих педагогов преобладает организационный стресс, оказывающий деструктивное воздействие на нервно-психическое состояние и профессиональную деятельность; в структуре профессионального выгорания молодых воспитателей преобладает эмоциональное истощение и обесценивание личных достижений; интегральный показатель профессионального выгорания у большинства воспитателей находится на среднем уровне.

Ключевые слова: профессиональное выгорание; педагогическая деятельность; воспитатели; организационный стресс; педагогический стаж; дошкольные образовательные организации.

Velieva Svetlana Vitalievna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Cheboksary State Pedagogical University named after I.Ya. Yakovlev, Cheboksary, Russia

MANIFESTATIONS OF PROFESSIONAL BURNOUT COMPONENTS IN PRESCHOOL TEACHERS WITH DIFFERENT WORK EXPERIENCE

Abstract. The study of subfactors and the integral indicator of professional burnout in preschool teachers using methods OSS and MBI/ПВ, which made it possible to establish that young teachers have a higher propensity for professional burnout than trainees; among novice teachers, organizational stress prevails, which has a destructive effect on the neuro-psychic state and professional activity; emotional exhaustion and devaluation of personal achievements prevail in the structure of professional burnout of young educators; the integral indicator of professional burnout for most educators is at an average level.

Keywords: professional burnout; pedagogical activity; educators; organizational stress; teaching experience; preschool educational organizations.

Современные реалии социальной, политической, культурной и экономической сфер обуславливают трудности и в образовательной среде. Встреча с трудностями педагогической деятельности зачастую приводит к психическим надломам (Р. Д. Санжаева, А. А. Черных [1]), резким перепадам настроения (У. Д. Антипина, С. Н. Алексеева, Г. П. Антипин, С. В. Протодьяконов [2]), эмоциональному выгоранию (П. М. Кагирова, Д. Г. Сайбулаева [3]). Исследованиями Р. И. Валиева, Ю. А. Кнни, О. Р. Радченко [4], Б. А. Гунзуновой [5], установлены особенности профессионального выгора-

ния специалистов помогающих профессий. Так, Б. А. Гунзунова [5] выявила обусловленность эмоционального выгорания спецификой субъект-субъектного педагогического взаимодействия в отличие от характера общения в несосоциомических профессиях. В этой связи в фокусе внимания оказываются все субъекты образовательного процесса. Очевидна значимость благоприятного самочувствия и позитивных психических состояний педагогов, возникающих в ходе профессиональной деятельности. При постоянном интенсивном общении, тесном контакте со множеством людей, значительной ответственности за жизнь и здоровье детей, необходимости учета их психологических особенностей, непрерывного наблюдения и готовности оказать помощь в аффективно нагруженной профессиональной атмосфере – требуется сохранение равновесных психических состояний, устойчивость эмоционально-волевой сферы, высокая работоспособность, саморегуляция. В связи с этим актуальным проблемным полем оказывается изучение специфики проявления субфакторов профессионального выгорания.

В настоящей статье представлены результаты части исследования компонентов профессионального выгорания у педагогов со стажем до трех лет и свыше 30 лет. С целью установления проявлений синдрома выгорания у педагогов было обследовано 142 педагога, из них со стажем работы от 10 месяцев до 3 лет – 90 человек и с выслугой от 30 лет – 52 респондента, работающих в дошкольных образовательных организациях г. Чебоксары. Средний возраст составил у стажистов 51 ± 6 , у молодых педагогов 27 ± 4 лет ($M \pm \sigma$).

Использовались такие методы исследования как анализ научной литературы, психологическое тестирование с применением шкалы организационного стресса Мак-Лина (OSS) в адаптации Н. Е. Водопьяновой, опросника профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон (MBI/ПВ) в адаптации Е. С. Старченковой и Н. Е. Водопьяновой, подсчет средних значений, математическая и статистическая обработка экспериментальных данных.

Данные шкалы OSS позволили установить высокий уровень толерантности к организационному стрессу у 11,1% молодых педагогов и у 19,3% стажистов. Эти респонденты обнаруживают личностные качества, обеспечивающие равновесное состояние, терпение, спокойное поведение. К ним относятся сформированная рефлексия, терпимость, креативность, готовность к инновациям и средний уровень тревожности. Такие педагоги предпочитают самостоятельность и планомерность в деятельности, умеют вдумчиво расставлять приоритеты в своей жизни и не тратят время впустую, следуют решению задач по очереди, не стараясь быть первыми, избегая соревнований, полагаясь на собственные силы. Они обладают интересами, не связанными с профессией, понимают и принимают ценности окружающих, сохраняют высокую активность, гибкость и продуктивность поведения и деятельности в обычных и трудных ситуациях.

Средний уровень общего интеграционного показателя организационного стресса выявлен у 42 (46,7%) молодых педагогов и у 37 (71,1%) стажистов. Этой категории педагогов характерна меньшая устойчивость к стрессу, чем первой группе. Однако, в целом поведение характеризуется сбалансированностью и сохранением работоспособности, высокой продуктивности деятельности и в трудных ситуациях, и при длительной нагрузке в профессиональной деятельности. Сочетают в своем поведении признаки педагогов с высокой и низкой толерантностью к организационному стрессу (по Фридману).

Индекс организационного стресса выше 50 баллов зарегистрирован у 42 (46,7%) молодых педагогов и у 37 (71,1%) стажистов. У этой группы педагогов выявляется высокая восприимчивость к организационному стрессу, ригидность поведения, слабая направленность на самопознание и коммуникацию, недостаточное принятие ценности окружающих, отказ от активного отдыха, пассивность в восстановлении жизненных ресурсов.

В работе они берутся за решение сразу нескольких задач, склонны к агрессивности и конфликтности, торопливости и педантичности, к соревнованию и стремлению занять лидирующие позиции. Им свойственно высокое напряжение (физическое и эмоциональное), приверженность выполнению рабочих задач, неумение рационально использовать временные ресурсы, острые реакции на неуспех и разочарование, расхождение профессиональных ожиданий от реальной действительности.

Данные, полученные с помощью опросника МБИ/ПВ, позволили установить следующее (см. таблицу 1).

Таблица 1

*Распределение респондентов
по уровням профессионального выгорания (МБИ/ПВ)*

Уровень	Субфакторы профессионального выгорания						Интегральный показатель	
	истощение		деперсонализация		редукция		профвыгорание	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Молодые педагоги (стаж до 3 лет), n=90								
Высокий	44	48,9	42	46,7	28	31,1	32	35,5
Средний	16	17,8	10	11,1	24	26,7	46	51,1
Низкий	30	33,3	38	42,2	38	42,2	12	13,3
Педагоги со стажем педагогической деятельности более 30 лет, n=52								
Высокий	10	19,2	10	19,2	8	15,4	6	11,5
Средний	8	15,4	18	34,6	6	11,5	42	80,8
Низкий	34	65,4	24	46,2	38	73,1	4	7,7

У молодых педагогов наиболее выражено эмоциональное истощение (высокий уровень – 48,9% и средний уровень – 17,8%) и деперсонализация (высокий уровень – 46,7% и средний уровень – 11,1%). У стажистов эти

границ выгорания также набрали высокие значения, хотя и в меньшей степени, чем у молодых педагогов: эмоциональное истощение (высокий уровень – 19,2% и средний уровень – 15,4%), деперсонализация (высокий уровень – 19,2% и средний уровень – 34,6%). Эти субфакторы профессионального выгорания указывают на повышенную уязвимость воздействиям социальных факторов, на негативные психические состояния (злость, агрессивность, депрессивность, тревожность, раздражительность и пр.), снижение интереса и мотивации, забывчивость, соматизацию, физическое недомогание (снижение иммунитета, состояние хронической усталости, повышенное или нестабильное артериальное давление, гастрит, мигрень, частые ОРЗ и пр.), резкое изменение веса (прибавление или потеря), нарушение режима сна и бодрствования, процессов засыпания и пробуждения. Выраженная деперсонализация указывает на коммуникативные трудности и значительную напряженность в профессиональной среде вследствие возникновения неоднозначной оценки и отрицательных взглядов на окружающих, настороженности, недоброжелательности, барьеров взаимопонимания, разрушения системы межличностных нереалистичных и завышенных ожиданий и позитивных установок, обострения чувствительности к психической несовместимости и снижения эмпатии.

В нашей выборке менее всего отмечается деформация оценки собственных профессиональных успехов: 73,1% стажистов и 42,2% молодых педагогов не обнаруживают у себя признаков обесценивания субъективных индивидуальных потенциалов и возможностей. Стремление приписывать себе профессиональные заслуги, учет даже самых незначительных событий как значимых для профессии (просмотр вебинаров, некорректные публикации в псевдонаучных журналах и конкурсах) позволяют сохранять ощущение профессионального роста и значимости, поскольку стимулируются вознаграждением. При этом редукция достижений регистрируется у молодых педагогов почти в два раза больше, чем у стажистов (высокий (31,1% и 15,4%) и средний уровень (26,7% и 11,5%) соответственно). Для этой группы респондентов характерно занижение собственного вклада в профессиональное развитие, тенденции занижать и преуменьшать достижения и успехи, потенциалы и ресурсы. Внимание акцентируется на собственных недостатках и ограничениях, проблемах и противоречиях в профессиональной деятельности.

Совокупность всех субфакторов позволяет определить интегральный показатель профессионального выгорания. Установлено, что у больше трети молодых педагогов регистрируется высокая (35,5%), у половины (51,5%) – средняя и только у 13,3% низкая степень профессионального выгорания. Стажисты выявляют высокий (11,5%), средний (80,8%) и низкий (7,7%) уровни профессионального выгорания. Стоит отметить, что в целом педагоги удовлетворены и дорожат собственными профессиональ-

ными результатами, имеется адекватная оценка своего внутреннего потенциала и стремление к самореализации в профессии.

Педагоги с высоким и средним индексом стресса и интегрального показателя профессионального выгорания оказываются в зоне риска получения травм (психологических, производственных), предрасположены к психосоматическим и профессиональным заболеваниям, в том числе сердечно-сосудистой системы.

Выявление силы корреляционных связей в группах выборки осуществлялось с помощью уравнения парной регрессии коэффициента линейной корреляции Пирсона. Высокая статистически значимая положительная связь установлена между стажем и редукцией личностных достижений ($r_{xy}=0,975$ при $p\leq 0,05$), интегральным показателем профессионального выгорания ($r_{xy}=0,838$ при $p\leq 0,05$), умеренная прямая связь с эмоциональным истощением ($r_{xy}=0,5$ при $p\leq 0,05$) и уровнем организационного стресса ($r_{xy}=0,473$ при $p\leq 0,05$). Для показателя деперсонализации обнаружена слабая обратная связь ($r_{xy}=-0,196$ при $p\leq 0,05$) со стажем. Корреляционный анализ показал, что чем меньше стаж педагога, тем сильнее вероятность проявления организационного стресса, признаков эмоционального истощения, умаления своих профессиональных достижений, интеграционного показателя профессионального выгорания. Увеличение проявления признаков равнодушия, скрытого негативного и формального отношения к окружающим, расстройство самовосприятия личности мало связано со стажем профессиональной деятельности.

Выбор молодых специалистов и педагогов со стажем более 30 лет не случаен. Известно, что первые пять лет работы, – являются наиболее важными, поскольку это тот период, когда принимается решение о смене профессии, о поиске альтернативного варианта построения карьеры в случае, если нарушается адаптация вследствие профессиональных факторов, оказывающих деструктивное воздействие на личность.

У педагогов со стажем можно ожидать сформировавшийся алгоритм профессиональной деятельности, выработку устойчивых механизмов психологической защиты (продуктивных и непродуктивных, зрелых и примитивных) и копинг-стратегий поведения, систему саморегуляции и самовосстановления, позволивших удержаться в профессии. Этим объясняется то, что в сравнении с молодыми специалистами обнаруживается меньшее число педагогов со сложившимся синдромом профессионального выгорания.

Для сохранения и развития кадрового корпуса дошкольного образования необходима разработка и реализация качественной программы наставничества, эффективной системы пролонгированного сопровождения молодых педагогов образовательных организаций, оздоровительной практики совладания со стрессом в различных профессиональных ситуациях.

Список литературы

1. Черных, А. А. Особенности проявлений синдрома эмоционального профессионального выгорания педагогов / А. А. Черных, Р. Д. Санжаева // Ученые записки ЗабГУ. Серия: Педагогические науки. – 2017. – № 2. – С. 75-80.
2. Антипина, У. Д. Синдром профессионального выгорания / У. Д. Антипина, С. Н. Алексеева, Г. П. Антипин, С. В. Протодяконов // Вестник Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. Серия: Медицинские науки. – 2017. – № 1 (6). – С. 99-106.
3. Сайбулаева, Д. Г. Особенности проявления синдрома «эмоционального выгорания» педагогов / Д. Г. Сайбулаева, П. М. Кагирова // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – № 3 (70). – С. 368-372.
4. Валиев, Р. И. Сравнительное изучение распространенности эмоционального выгорания преподавателей и специалистов хирургического профиля / Р. И. Валиев, Ю. А. Кнни, О. Р. Радченко // Медицина труда и пром. экология. – 2019. – № 9. – С. 579-580.
5. Гунзунова, Б. А. Компоненты эмоционального выгорания у различных категорий педагогических работников / Б. А. Гунзунова // Мир науки, культуры, образования. – 2016. – № 1 (56). – С. 241-245.

Муминов Махаматкарим,

независимый исследователь, Андижанский государственный университет, г. Андижан, Узбекистан

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СВЯЗЬ ФОРМИРОВАНИЯ ИДЕОЛОГИЧЕСКОГО ИММУНИТЕТА

Аннотация. В статье даны рекомендации по защите от информационных и психологических угроз. Описана конструктивная и деструктивная взаимосвязь этого процесса. Были даны рекомендации по преодолению трудностей в формировании идеологического иммунитета. Подчеркнута необходимость обращать внимание на индивидуально-психологическое состояние ребенка в процессе воспитания.

Ключевые слова: Интернет; интернет-пространство; интернет-технологии; психологическое воздействие; манипуляции сознанием; конструктивные установки; деструктивные установки; психологические состояния; психологические угрозы; информационные угрозы.

Muminov Mahamatkarim,

Independent Researcher, Andijan State University, Andijan, Uzbekistan

PSYCHOLOGICAL COMMUNICATION FORMATION IDEOLOGICAL IMMUNITY

Abstract. The article provides recommendations for protection against information and psychological threats. The constructive and destructive relations of this process were described. Recommendations were made to overcome the difficulties in the formation of ideological immunity. The need to pay attention to the individual psychological state of the child in the process of upbringing was emphasized.

Keywords: Internet; internet space; Internet technologies; psychological impact; manipulation of consciousness; constructive installations; destructive attitudes; psychological conditions; psychological threats; information threats.

Быстрые изменения в жизни общества стали зависимыми от явления глобализации. В то же время Интернет стал для политических сил и различных идеологий острым оружием в завоевании умы и сердца людей. В современной области информации растет тенденция к психологическому манипулированию сознанием людей и влиянию на них. Информационные и психологические атаки через СМИ:

- распространение ложной информации;
- манипулирование общественным сознанием;
- исключение национальных и духовных ценностей;
- усвоение чужих ценностей;
- нарушение и изменение исторической памяти народа;
- находится на подъеме в виде кибертерроризма [1, с. 36-46].

Поэтому в Республике Узбекистан уделяется внимание духовно-просветительской работе. На основе правовых документов, принятых в

этой сфере, студентов учат культуре использования Интернета. Рекомендуется не использовать сайты, направленные на вредное воздействие [2]. В результате ученики остаются бдительными в отношении духовных угроз. Борется с рисками. Это формируют идеологический иммунитет.

Выделяют 2 различных состояния формирования идеологического иммунитета у школьников: а) конструктивное отношение; б) деструктивное отношение.

Конструктивный подход – научить ученика быть устойчивым к идеологическим угрозам, идеологически неуязвимым.

Деструктивное отношение заключается в том, чтобы избегать или углублять образование ученика, чтобы он был терпимым к духовным угрозам. Непроведение профилактических и воспитательных мероприятий с ребенком из религиозной семьи. Просто запишите это событие в блокнот. Недостаток знаний у самого педагога для формирования идеологического иммунитета. Некоторые учителя говорят, что есть религиозный фанатизм, терроризм и другие духовные угрозы, но не указывают на их вредную деятельность. Он не подчеркивает необходимость защиты от вредоносной идеологии. Педагоги не должны иметь такого деструктивного отношения.

Эффективность устойчивости учеников к духовным воздействиям зависит от процесса, посредством которого они развивают идеологический иммунитет. Этот процесс обеспечивает успех, если проводится конструктивно. Ниже мы хотим прокомментировать конструктивную взаимосвязь формирования идеологического иммунитета.

Конструктивные отношения формирования идеологического иммунитета.

Шаг 1. Беседа с родителями ученика, изучение семейного окружения: определение условий жизни и мировоззренческих и политических взглядов. Определит соседей, их отношения с обществом, их отношение к религии, религиозным течениям, мировоззренческие взгляды членов семьи, основные причины взаимных конфликтов. Формирование и развитие идеологического иммунитета ученика.

Фаза 2. Профилактическое и воспитательное воздействие на ребенка религиозной семьи. Коллективный или индивидуальный подход к этому процессу. Определит идеологический пробел ученика. Передавать национально-идеологические знания в соответствии с его потребностями.

Шаг 3. Восполнить существующий идеологический пробел в ученике. Снижение профилактического и воспитательного эффектов. Но продолжать тренироваться постоянно.

Возникает правильный вопрос: почему молодежь попадает под влияние религиозных движений? Ответ: Идеологический иммунитет против религиозного экстремизма сформирован недостаточно. Имейте в виду, что у молодежи может быть идеологический разрыв. Если учитель этого не выявит, если он не восполнит пробел, это будет заменено идеологией фа-

натизма. В результате такие ученики наносят вред обществу. Сложнее изменить психологию, занимаясь воспитательной деятельностью.

Трудности формирования идеологического иммунитета.

1. Члены семьи – наличие религиозной принадлежности у отца, матери или другого члена.

2. Незрелость мировоззренческих знаний.

3. Преобладание негативного отношения к национальной идее, национальной идеологии.

4. Различия мировоззренческих взглядов у членов семьи.

5. Преобладание конфликтности в отношениях.

6. Напряженность в процессе восполнения идеологического пробела у членов семьи, принадлежащих к религиозной секте.

7. Сложность в поиске решения идеологических проблем у членов семьи, школьников [3, с. 36-46].

Подобные психические состояния приводят к деструктивному отношению к формированию идеологического иммунитета. Воспитатель не должен избегать вышеуказанных трудностей. Возможно, ему стоит принять меры для эффективного достижения цели. Ни одного ребенка не требуется отдавать в религиозную секту. Требуется заниматься воспитанием ученика, использовать все его педагогические навыки.

Педагог должен обратить внимание на следующие психологические условия в индивидуальных образовательных отношениях с учеником, принадлежащим к религиозной секте: 1. Если ученик является первым ребенком в семье, принадлежащей к религиозной секте, он критически относится к проблеме. 2. Если ребенок – средний ребенок в семье, конфликт подвержен ситуации. 3. Если ребенок – самый младший ребенок в семье, муж будет наблюдательным, ища духовной поддержки. Идеологическое воздействие на детей с учетом этих психологических характеристик дает положительный результат. Для их определения у учеников берутся социологические анкеты. В зависимости от результатов исследования определяются нормы и критерии учебного процесса. Определяется, в каком классе находится идейно неглубокий ученик. Определяется степень сформированности его идеологического иммунитета. Об этом классный руководитель сообщает директору школы. По поручению директора школ разрабатывается план (комплекс) профилактических и воспитательных мероприятий. При этом больше внимания уделяется детям с неудовлетворительным идеологическим иммунитетом и умеренным идеологическим иммунитетом. Меры по восполнению имеющегося пробела в детях принимает классный руководитель. Его сопровождает заместитель директора школы по духовно-воспитательной работе, школьный психолог, педагог духовности. Анализируется влияние профилактических мероприятий, изменение психических установок ученика.

Это мероприятие будет продолжаться до тех пор, пока не будет достигнут положительный результат. Всего за 6 месяцев в духовности уче-

ника будет создана здоровая среда. Но идеологическое воспитание нужно продолжать.

Информационно-психологические угрозы усиливаются. Молодые люди сталкиваются с компьютерными технологиями, телефоном. Деструктивная идеология влияет на умы учеников. Следовательно, идеологическое воспитание в школе должно быть эффективным. Внедрение в сознание ребенка содержания национальной идеи должно основываться на интерактивности. Ребенка нужно научить разговаривать, высказывать самостоятельное мнение. И наоборот, угрожающий характер ученика исчезает. Нарушена память. Полученные знания забываются. Следовательно, необходимо развивать их идеологические познания.

Уровень юридических, экономических и политических знаний детей школьного возраста как объекта исследования определяется ежегодно. Сравнительный анализ духовных знаний нового учебного года с результатами предыдущего года. Эффективность изучается. На основе аналитических выводов развивается социально-идеологическое мировоззрение учеников. Вот так они вырастают патриотичными детьми, верными идеям независимости страны.

Государство проводит молодежную политику на уровне сообществ. Он подходит ко всем сферам общества с точки зрения собственных интересов. Основные принципы государственной политики гарантированы законом. Действительно, народ – единственный источник государственной власти. Поэтому Конституция Республики Узбекистан гласит, что государственная власть отвечает интересам народа [4]. Молодежную политику осуществляют органы, уполномоченные Конституцией Республики Узбекистан и принятыми на ее основе законами [5]. Невозможно взять на себя полномочия государственной власти в порядке, не предусмотренном Конституцией. Приостановление или прекращение деятельности государственных органов является преступлением. Создание новых и сбалансированных правительственных структур неконституционно. В этом случае есть основания для ответственности по закону.

Конструктивный идеологический иммунитет осуществляется в социальных и гуманитарных науках в зависимости от предмета. Суть и содержание Конституции и законов Республики Узбекистан будут разъяснены на встрече, круглом столе, конкурсах, викторинах, конкурсах сочинений, организованных совместно с юристом. Правовая культура формируется через юридическую грамотность. Тогда несовершеннолетние проявляют повиновение закону. Например, в Республике Узбекистан запрещена деятельность неформальных религиозных движений [6].

Психология школьников такова, что и учителя, и взрослые думают, что они на правильном пути. Он знает, что нож может порезать ему руку, он знает, что может упасть с крыши, он знает, что он получит травму, если упадет. Он также знает, что если он нарушит закон, его накажут. Итак,

создание экстремистской группы, действия против государственной власти – преступление. Ученик от них защищается. Подчинение закону.

При проведении такой работы в Республике Узбекистан осуществляется профилактика правонарушений и правонарушений среди несовершеннолетних [7]. В кружке «Юридическая грамотность» среди несовершеннолетних проводятся соревнования «Знаете ли вы закон?» В рамках конкурсов проводятся образовательные мероприятия, посвященные изучению права. В нем даются конкретные инструкции, как предотвратить безнадзорность среди несовершеннолетних. В частности, классными руководителями выявляются случаи безнадзорности и безнадзорности несовершеннолетних. Предотвращаются нарушения или иное антиобщественное поведение. Выявляются причины и условия, позволяющие их выявить. Родители обязаны устранять недостатки в воспитании детей.

Из вышесказанного ясно, что изучение законов, внушение их содержания сердцам учащихся формирует в них правовую культуру. Знание закона, уважение к нему, не нарушение закона обеспечены. Поэтому школьные учителя несут ответственность за организацию непрерывной правовой и воспитательной работы вне класса.

Духовная и просветительская деятельность против экстремизма и терроризма означает, что такие трагические случаи противоречат нашему национальному законодательству. Утверждается, что религиозные экстремистские движения действуют незаконно. Объясняется, что экстремисты используют силу молодежи для организации беспорядков и террористических атак. Что страдания людей негативно сказываются на развитии общества.

Это означает, что если подростка не удерживать от плохих качеств, он привыкает к вредным привычкам. Если однажды его осудят, арестуют и его здоровье ухудшится, он пожалеет об этом. Это вредит семье и обществу. Поэтому ошибиться в этой части воспитания невозможно. Поэтому повышение духовного мира учеников и их воспитание в духе общенациональных и общечеловеческих ценностей имеет большое социальное значение. Не поддавайтесь вредным воздействиям на протяжении всей жизни ученика. Пусть противостоит разрушительным атакам. Способствовать развитию общества.

Список литературы

1. Косимова, Н. Борьба с религиозным экстремизмом по сходу граждан / Н. Косимова, М. Муминов. – Андижан : Учебный курс в Андижанской области, 2015. – 43 с.
2. Постановление Президента Республики Узбекистан от 3 мая 2019 года № ПП-4307 «О дополнительных мерах по повышению эффективности духовно-воспитательной работы».
3. Муминов, М. Формирование и развитие идеологического иммунитета учащихся в условиях глобализации / М. Муминов. – Андижан : Хаёт, 2018. – С. 36-46.

Шмалько Юлия Витальевна,

студент, Гуманитарно-педагогическая академия (филиал) Крымского федерального университета им. В.И. Вернадского в г. Ялте, Ялта, Россия

Рудакова Ольга Александровна,

старший преподаватель, Гуманитарно-педагогическая академия (филиал) Крымского федерального университета им. В.И. Вернадского в г. Ялте, Ялта, Россия

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЕ МОТИВЫ В АНГЛОЯЗЫЧНОМ ПЕСЕННОМ ДИСКУРСЕ

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению экзистенциальных мотивов, как психологического феномена в англоязычном песенном дискурсе. В статье проанализированы тексты рок-группы Five Finger Death Punch в качестве определения настроений свойственных экзистенциализму. Проведен анализ современных научных источников для выявления истинной значимости человеческого бытия для экзистенциалистов. Определены основные особенности человеческой психологии на примере современного творчества.

Ключевые слова: экзистенциальные мотивы; психологический феномен; рок; песенный дискурс; английский язык; рок-музыка.

Rudakova Olga Aleksandrovna,

Student, Humanitarian and Pedagogical Academy (branch) of Crimea Federal University named after I.Ya. Vernadsky in Yalta, Yalta, Russia

Shmalko Yulia Vitalievna,

Senior Lecturer, Humanitarian and Pedagogical Academy (branch) of Crimea Federal University named after I.Ya. Vernadsky in Yalta, Yalta, Russia

EXISTENTIAL MOTIVES IN ENGLISH-LANGUAGE SONG DISCOURSE

Abstract. This article deals with the problem of the consideration of existential motives as a psychological phenomenon in the English-language song discourse. The article analyzes the texts of the rock-group Five Finger Death Punch as a definition of the moods inherent in existentialism. Let us note the main features of human psychology on the example of modern creativity. We use professional literature to identify the true significance of human existence for existentialists.

Keywords: existential motives; psychological phenomenon; rock; song discourse; English; rock music.

Введение в проблему. Психологическая философия экзистенциализма ассоциируется с пессимизмом, тоской и неприязнью общества, что является неполной характеристикой направления. Данная тема довольно часто используется музыкантами бунтарского жанра в песенном творчестве. Явлению экзистенциализма характерно повествование о настоящем моменте, его тяжести, отсутствии перспективы. Для описания времени ис-

пользуется настоящим момент, передающий быстротечность жизни, при которой смерть не является продолжением существования.

Мотив – это специфическая потребность или желание, которое возбуждает организм и направляет его поведение к цели [1]. Все мотивы вызываются каким-либо стимулом: состоянием тела, сигналом окружающей среды, потребностью или чувством. Когда стимул вызывает целенаправленное поведение, он мотивирует человека. Это причина, предложенная в качестве объяснения или причины поведения индивида. Таким образом, экзистенциальные мотивы – это настроения, стимулом которым являются разочарования, грусть, призыв к свободе через мучающее одиночество, невозможность противостояния и в то же время непрерывную внутреннюю борьбу, финал которой лишь один – смерть.

Анализ существующих подходов к решению данной задачи. Согласно Р. Мэю, «экзистенциализм – не просто направление в философии или психологии, а, скорее, культурное движение, запечатлевающее глубокое эмоциональное и духовное измерение современного человека, изображающее психологическую ситуацию, в которой он находится, выражение уникальных психологических трудностей, с которыми он сталкивается» [2].

Человек способен осознать собственную значимость и раскрыть творческий потенциал, оказавшись на краю жизни и смерти, но также страх самой смерти блокирует его инстинкт борьбы за существование. Сущность понятия «экзистенциализм» по Р. Мэю исходит из следующего ряда событий: приход к выводу, что беспомощная позиция усугубляет «черноту» мысли; вмешательство в порядок вещей и собственную судьбу. В позиции учёного главенствует мысль о том, что с судьбой нельзя не считаться. Мы не можем стереть ее или заменить чем-то другим, но мы можем выбирать, как отвечать ей, используя дарованные жизнью способности. Следовательно, экзистенциализм являет собой нечто, что человек склонен пропускать через себя, и важную роль играет реальность, в которой он находится, «здесь и сейчас». Индивид должен помнить о смерти, осознавать и понимать, что она необходима, чтобы развиваться. Но это лишь одна из точек зрения относительно «экзистенциализма».

Методология и методы исследования. В творчестве экзистенциальные настроения рассматриваются не только в качестве особенностей личности, но и окружающей ее действительности (рис. 1).



Рис. 1. Проявление и развитие экзистенциального настроения в творчестве

Жизнь обретает смысл, когда мы сталкиваемся с «точкой реальности». Встретившись со смертью, человек понимает, что она неизбежна. Говоря о творчестве, подобному лирическому герою свойственно все более развивающееся чувство тревоги. Р. Мэй выделяет два ее вида:

1. Нормальная тревога = угроза, с которой человек может справиться на сознательном уровне.

2. Невротическая тревога = непропорциональна угрозе, стирается из сознания и вызывает сильную реакцию самозащиты [3].

Это говорит об отстранении сознания, что позволяет обвинять толпу, а не самого себя, но в результате возможно отрицание собственных возможностей. Подобные рассуждения встречаются в американской рок-лирике, для которой характерны мотивы смерти, саморазрушения и смирения или же противостояние вопреки осознанию отчуждения и бессмысленности. Здесь важно активное действие, порожденное определенным смыслом произошедшего, последствием которого являются точные решения относительно своего будущего.

Согласно Р. Мэю, современный мир приводит к тому, что прежние мифы рушатся, мифы о мироустройстве межличностных отношениях, в результате которых человек все больше чувствует отчужденность. В этом выражается психопатология, как результат отчуждения человека от природы, от других людей, от самого себя. Вместо того чтобы решать проблему – мы поддаемся ей, что исключает свободу бытия. Люди боятся свободы, т. к. она подразумевает отсутствие внешней структуры. Свобода это пустота, в которой все зависит от собственных желаний. Согласно стоицизму: «смерть самая важная цель жизни». Если человек хочет хорошо научиться жить, он должен хорошо научиться умирать. Тревога смерти помогает жить, что представляет интерес, являясь перетрубацией. Страх смерти имеет большое значение во внутреннем опыте, где темное, беспокоящее на краю нашего сознания есть жизнь.

В книге И. Ялома «Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти» представлена позиция автора, что жить, постоянно осознавая собственную смертность, нелегко. По мнению И. Ялома «это все равно, что пытаться вглядываться в солнце – выдержать можно лишь до определенного момента» [3, с. 5]. Невозможно жить в постоянном страхе за своих родных, поэтому мы изобретаем способы смягчить страх смерти, что проявляется в намеренном создании высших сил, Бога, единого творца, в чьи руки мы отдаем собственные жизни. А согласно представлениям психолога Р. Мэй, беспричинный страх силится отыскать себе причину. Другими словами, необоснованный страх быстро «прикрепляется» к тому или иному реальному объекту посредством базовых психологических защит.

Как заметил Ж. Бодрийяр в работе «После оргии», «в каждой системе, в каждом индивидууме заложено тайное стремление избавиться от идеи своего существования, от своей сущности с тем, чтобы обрести способность размножаться и экстраполировать себя во всех направлениях» [5]. Стоит отметить, что последствия такого распада фатальны. Всякая вещь, теряющая свою сущность, подобна человеку, потерявшему свою тень: она погружается в хаос и теряется в нем.

Тематикой самобичевания, потери жизненного смысла и внезапного его обретения путем страданий увлечены творцы не только предшествующих поколений, но и современности. Человек всегда был на грани саморазрушения, или же полностью охвачен, под воздействием политических изменений или же религиозных. «В тени молчаливого большинства, или Конец социального» Ж. Бодрийяр отмечает, что «воображению массы представляются колеблющимися где-то между пассивностью и необузданной спонтанностью, но всякий раз как энергия потенциальная, как запас социального и социальной активности: сегодня они – безмолвный объект, завтра, когда возьмут слово и перестанут быть «молчаливым большинством – главное действующее лицо истории» [6, с. 2]. Теряя собственную веру в устремления, люди не имеют ни скрытых сил, которые бы высвобождались, ни желаний, которые должны были бы реализовываться.

Подобные умонастроения присутствуют в творчестве американской рокгруппы Five Finger Death Punch [7], что в переводе означает «смертельный удар пятью пальцами». Группа известна своим либералистическим подходом в написании текстов, главной тематикой которых является призыв к свободе, которая сопоставима со смертью, борьба с собственными страхами и конечное смирение с невозможностью противостоять летальному исходу.

Песня «Bulletproof» [8] – одна из первоначальных в творчестве группы. Но уже в ней прослеживается главная тема – незаинтересованность в жизни из-за ее бессмысленности:

Another day in my life
I live and die by the knife
I swear there's nothing inside

Sometimes I wish it would end
How many hands could I shake
How many smiles must I fake
How many miles till I break
To start all over again
That's not what I was promised
That's not me

Факт того, что лирический герой описывает в песне день, как «еще один» дает понять бессмысленность череды ему предшествующих. Бездна-дежность и осознание внутренней пустоты заставляет думать о смерти, как о скорейшем решении проблемы – жизни.

Также стоит обратить внимание на текст песни «A Place to Die» [9], со всей прямоотой автора передающий желание ускорить встречу со смертью. Жизнь характеризуется невозможностью дышать и сбежать от этой реальности некуда:

No way for me to get away
And all I'm trying to do is breath

Герой посвящает себя единственному поиску в жизни – поиску смерти, которая имеет для него большую ясность, чем созерцание бытия:

Searching... for a sense of clarity
Searching... for a place to die!

Результаты исследования. Так, образ, который приписывает себе лирический герой – мученик, не имеющий желания для дальнейшей борьбы. Мир для него пуст, двуличен и как следствие мертв, что и влияет на его желание уйти. Он придает смерти глубинный смысл, как возможность самостоятельно определять часы, отведенные на жизнь. Благодаря труду А. Лэнгле «Эмоция и экзистенция» [10] В экзистенциальном анализе решающей характеристикой исполненной экзистенции считается диалогическая открытость Person к самой себе и миру. Эта открытость является не только целью экзистенциально-аналитической беседы, но одновременно и важным мотивационным фактором, который получает свою динамику благодаря тому, что ведет к экзистенциальному исполнению.

У человека наличествует конфликт с данностями существования, что приводит к изоляции и смерти, если он не стремится постичь свободу путем страданий. Стоит отметить, что люди боятся свободы т. к. свобода – это отсутствие внешней структуры. Свобода – это пустота, в которой все зависит от собственных желаний. По теории экзистенциализма, человек живет, чтобы добавить в бессмысленность смысл. Подобный процесс подразумевает следующий ряд событий: осознание конечной данности – смерти; тревога и защита. Конец имеет все, но индивид боится его приближения.

Если человек хочет хорошо научиться жизнь, он должен хорошо научиться умирать. Тревога смерти помогает ему жить, что является инте-

ресной перетрубацией. Смерть первичный источник тревоги, что часто приводит к психопатологии при подавлении эмоций.

Экзистенциальная мысль ставит человека на рубеже. Согласно ей, наши выборы определяют нашу сущность. В психологии экзистенциализма нет сбрасывания ответственности. Ж. Сартр [11] показывает, что мы существуем, но пока мы существуем, есть некий проект человека, а умерев проект закончится.

Выводы. Таким образом, понятие экзистенциализма в контексте психологической науки на примере песенного творчества позволяет выявить истинное представление человеческого бытия, определить основные особенности мотивов личности и рассмотреть их в рамках современности. Анализ песенных текстов рок-группы Five Finger Death Punch позволил определить настроения свойственные экзистенциализму и отметить уникальную передачу эмоций, свойственную экзистенциальным мотивам в музыке: серость и безнадежность в принятии решений, что является основной экзистенциальной психологии.

Список литературы

1. Motive in psychology. – URL: <https://www.quora.com/What-is-motive-in-psychology> (дата обращения: 20.02.2021). – Текст : электронный.
2. Мэй, Р. М. Истоки экзистенциального направления в психологии и его значение / Р. М. Мэй // Экзистенциальная психология. Экзистенция / пер. с англ. М. Занадворова, Ю. Овчинниковой. – М. : Апрель Пресс ; ЭКСМО-Пресс, 2001. – 113 с.
3. Мэй, Р. Открытие Бытия / Р. Мэй. – М. : Институт общегуманитарных исследований, 2004. – 49 с.
4. Ялом, И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / И. Ялом ; пер. с англ. А. Петренко. – М. : Эксмо, 2009. – 5 с.
5. Бодрийяр, Ж.-П. После оргии / Ж.-П. Бодрийяр. – URL: https://vk.com/doc200756410_564715008?hash=14e (дата обращения: 20.02.2021). – Текст : электронный.
6. Бодрийяр, Ж.-П. В тени молчаливого большинства, или Конец социального / Ж.-П. Бодрийяр. – URL: [Bodriyyar_Zh_-_V_teni_molchalivogo_bolshinstva_ili_konets_sotsialnogo_-2000.fb2](https://vk.com/doc200756410_564715008?hash=14e) (дата обращения: 20.02.2021). – Текст : электронный.
7. Five Finger Death Punch interview. – URL: <https://www.youtube.com/watch?v=CtsDz-ZdOmE> (дата обращения: 20.02.2021). – Текст : электронный.
8. Bulletproof. – URL: https://www.amalgamab.com/songs/f/five_finger_death_punch/bulletproof (дата обращения: 20.02.2021). – Текст : электронный.
9. A Place to Die. – URL: https://www.amalgamab.com/songs/f/five_finger_death_punch/bulletproof.html_a_place_to_die (дата обращения: 20.02.2021). – Текст : электронный.
10. Лэнгле, А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности / А. Лэнгле. – М. : Генезис, 2005.
11. Sartre, J.-P. The words / J.-P. Sartre. – New York : Vintage Books, 1981. – 198 p.

Гумирова Гульнара Фаритовна,

старший преподаватель, Казанский инновационный университет им. В.Г. Тимирязева (ИЭУП), г. Казань, Россия

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ МАТЕРЕЙ-ОДИНОЧЕК

Аннотация. В статье рассмотрена проблема особенностей эмоционального и психологического благополучия матерей, самостоятельно воспитывающих детей. Основное содержание исследования составляет анализ причин, влияющих на благополучие матерей-одиночек в современном мире. Рассмотрены основные виды взаимоотношений в неполных семьях.

Ключевые слова: эмоциональное благополучие; психологическое благополучие; матери-одиночки; материнство; психология материнства; неполные семьи; семейные отношения; психология семьи.

Gumirova Gulnara Faritovna,

Senior Lecturer, Kazan Innovative University named after V.G. Timiryasov, Kazan, Russia

EMOTIONAL WELL-BEING OF SINGLE MOTHERS

Abstract. The article deals with the problem of the peculiarities of the emotional and psychological well-being of mothers raising their children on their own. The main content of the study is an analysis of the reasons affecting the well-being of single mothers in the modern world. The main types of relationships in single-parent families are considered.

Keywords: emotional well-being; psychological well-being; single mothers; motherhood; psychology of motherhood; incomplete families; family relationships; family psychology.

В настоящее время изменение в социальных взаимодействиях способствует формированию новых форм семейных отношений. Увеличилось количество детей, рожденных вне брачных отношений, возросло число разводов, которые не компенсируются последующими заключениями брака, что может быть связано с повышенными показателями смертности среди мужчин «активного детородного, трудоспособного возраста». К категории неполных семей относится семья, в которой женщина воспитывает ребенка одна, без его отца или отчима. В настоящее время в нашем обществе явно видна связь между неодобрением феномена матерей-одиночек и понижением уровня эмоционального и психологического благополучия женщин, воспитывающих детей в одиночку, низкой оценкой себя и своей жизни.

Родительство в неполной семье может быть связано с некоторыми жизненными трудностями, справиться с которыми можно благодаря социальным условиям, индивидуальным и нравственным качествам родителя. Отсутствие партнера, помощника в воспитании и чувство одиночества может повлечь за собой в качестве компенсации этого чувства неадекватные стереотипы в поведении [1, с. 23].

Психологически благополучный человек – это личность, которая способна успешно адаптироваться и иметь гармоничные отношения с окружающими людьми. Психологическим здоровьем считается наличие динамического баланса между личностью и обществом [2, с. 22].

К критериям динамического баланса относятся понимание и принятие других людей, успешность социализации, умение творчески адаптироваться, решая жизненные задачи, полное принятие себя, осознание собственных переживаний, свобода, предполагающая ответственность, целостность, динамичность.

К качественным характеристикам эмоционального благополучия можно отнести способность к саморегуляции, «безболезненное» приспособление как к благоприятным, так и к неблагоприятным условиям и ситуациям. Одним из главных значений психологического благополучия считается сохранение активного баланса между индивидом и окружающей средой в ситуациях, которые требуют мобилизации всех необходимых ресурсов человека [3, с. 85].

Психологические особенности матерей исследовались многими специалистами. В их числе Р. В. Овчарова, Е. В. Милукова, С. С. Жигалин, М. А. Мягкова и другие. Семья и родительский дом – это место, где ребенок впервые получает знания, т. е. это главная школа жизни. Только в семье закладывается база для формирования индивидуальных качеств, а семейные отношения оказывают ключевое влияние на развитие личности. И для того, чтобы эта база была крепкой, в семье все должно быть благополучно. Семейное благополучие во многом зависит от психологического климата и взаимоотношений.

Особенности жизни российских семей, вопросы влияния родителей на становление личности ребенка в ходе его взросления, проблемы качества жизни родителей не только не потеряли своей актуальности, но и, по мнению М. А. Мягковой, стали все острее [4, с. 151]. И не в последнюю очередь это связано с кризисом института традиционной семьи, стремлением женщин к самореализации и независимости, а также трудностями процесса самоидентификации, что приводит к изменению сложившихся ранее представлений о родительских ролях, и прежде всего, материнской. Количество одиноких женщин, воспитывающих детей, ежегодно растет. Однако не все так критично, ведь практический опыт показывает, что неполные семьи могут быть вполне благополучными, и дети получают в таких семьях полноценное воспитание и гармоничное развитие [5, с. 13]. Но не стоит отрицать тот факт, что затруднения у женщин, самостоятельно воспитывающих детей, есть и зачастую они имеют схожие характеристики.

По результатам исследования М. И. Буянова, существуют самые разнообразные представления о семьях, в которых ребенок воспитывается только матерью. Кто-то считает, что это обязательно плохо повлияет на ребенка. Кто-то утверждает, что ребенку не так важно, кто его воспитывает,

главное, что он воспитывается в любви. А кто-то уверен, что у неполной семье есть некоторые преимущества перед полной, так как один родитель будет нести полную ответственность за все, что происходит в его семье и не будет перекладывать вину за собственные неудачи или ошибки на партнера или других членов семьи [6, с. 89].

В неполной семье самым главным «минусом» для детей является отсутствие в качестве примера моделей полоролевого поведения, недостаточность формирования культуры отношений, которые будут характерны для взаимоотношений мужа и жены. У мальчиков, которых мама воспитывает одна, может сформироваться искаженное представление о мужском поведении как яростном, импульсивном, суровом. А у девочек, воспитывающихся без отца, будет хуже сформирован образ «идеального» будущего мужчины, во взрослой семейной жизни таким девочкам намного сложнее адекватно воспринимать мужа и сыновей [7, с. 128].

Женщина, которая воспитывает ребенка без отца, самостоятельно несет ответственность за состояние собственной семьи. Уход за ребенком в сочетании с отсутствием помощи от кого-либо может быть препятствием для женщины в проявлении себя в карьере. Множество матерей ставят воспитание и заботу о детях на первое место и оказываются вынуждены подвинуть на второй план профессиональную деятельность и перспективы на работе. Вместе с тем, необходимость в стабильности, материальном благополучии и занятость на работе (нередко – на нескольких работах) отнимает время одинокой матери на воспитание и уход за ребенком. Даже самой любящей и заботливой женщине физически не будет хватать времени для игр и занятий с ребенком. Дети в неполных семьях часто предоставлены сами себе, так как ими никто не занимается из-за чрезмерной занятости на работе. Нередко вынужденное дистанцирование от ребенка отрицательно влияет на отношения внутри семьи и на благополучие ее членов.

Воспитание детей в неполной семье обладает некоторыми отличительными особенностями. Из-за отсутствия одного из родителей, другой берет на себя ответственность за всевозможные материальные и бытовые проблемы семьи. В то же время матери-одиночке нужно восполнять дефицит воспитательного влияния на ребенка. Совместить все это бывает очень тяжело. Из-за этого многие неполные семьи сталкиваются с трудностями в воспитании и обучении. Вопреки тому, что неполные семьи более подвержены социальным затруднениям и психологическим проблемам в отношениях, матери-одиночки и дети достаточно успешно справляются с возникающими проблемными ситуациями.

К основным психологическим проблемным ситуациям, влияющим на благополучие матерей, воспитывающих детей без отцов, можно отнести следующее.

Противоречивое отношение окружающих и близких людей на беременность незамужней женщины. Несмотря на то, что термин «неполная

семья» перестал носить негативный оттенок, особенность отечественного менталитета подразумевает наличие у ребенка и матери, и отца. А в случае если по каким-то обстоятельствам отец отсутствует, то на маму незамедлительно вешаются всевозможные ярлыки.

Следующей проблемой, с которой сталкивается одинокая мама, является одиночество. Как правило, в полных семьях и в период беременности, и во время воспитания ребенка мужья оказывают женам психологическую и эмоциональную поддержку. Матерям-одиночкам не на кого надеяться, не с кем разделить заботы и тревоги, успехи и ошибки. Хорошо, если у нее есть родственники и друзья, близкие, у которых она может получить поддержку, или найдет новых друзей (в лице будущих матерей или мам из детских садов).

Р. В. Овчарова в своей работе отмечает, что если мать, воспитывающая ребенка без отца, хранит о нем плохие воспоминания, есть вероятность, что подобное настроение (обида, недовольство, досада) распространится на ребенка. Важно отделить ребенка от такого негативного впечатления об отце и о мужчинах в целом. Формирование негативной фигуры отца будет способствовать развитию у ребенка комплексов, которые с большой вероятностью осложнят ему жизнь, когда он повзрослеет [8, с. 163].

Посвящая все свободное от работы время воспитанию ребенка и быту, мать-одиночка не уделяет должного внимания себе и своему состоянию. У нее нет времени ни на встречи с друзьями, ни на хобби. Мама становится нервной и вспыльчивой, болезненно переживающей личное одиночество. Имея большую нагрузку в физическом, психологическом и моральном плане, женщина почти не обращает внимания на себя и свои нужды.

Разумеется, у женщины, воспитывающей ребенка в одиночку, всегда много забот. Но это не значит, что нужно ждать, когда ребенок вырастет, хозяйственные заботы кончатся, нагрузка на работе изменится. Нужно в какой-то момент сделать паузу, дать себе передышку в бесконечной гонке за благополучием: принять решение и вместе с ребенком пойти на прогулку или в гости, выйти из дома, не забыв красиво одеться, чтобы создать себе хорошее настроение.

Нередко мамы, которые воспитывают ребенка в одиночку, испытывают чувство вины перед ним за то, что не смогли сохранить полную семью. «Виноватая» мать, стараясь искупить вину, посвящают всю себя ребенку. В итоге такие женщины намного сильнее беспокоятся о своих детях, стараются опекать их во всем, всячески балуют, тем самым компенсируя отсутствие отца материальными вещами (модная одежда, дорогие игрушки).

В зависимости от того, насколько сильно мать беспокоится о здоровье и настроении ребенка, настолько опасаящимся и фиксированным на себе он станет. Также часто встречающейся ошибкой одиноких мам является требовательность по отношению к ребенку, маниакальное желание, чтобы он был лучше, чем другие дети во всем (от школьного портфеля до количе-

ства дополнительных кружков). Не исключено, что это может происходить из-за желания компенсировать свои несостоявшиеся отношения и другие неудачи за счет его успехов.

Женщины, которые остались без поддержки с ребенком на руках, испытывают огромное чувство вины за то, что не смогли «удержать» отца в семье. Но далеко не каждая мать понимает, что проблема заключается не в отсутствии отца, а в конкретно ее психологическом состоянии, в ощущении вины и угрозы, испытываемой в этой ситуации [9, с. 379].

Чувство тревоги может длиться годами, и причина для очередного беспокойства найдется всегда. Часто мать-одиночка старается напустить на себя ощущение психологического благополучия, и не обсуждать с ребенком вопросы собственного состояния. Ребенок, с которым не разговаривают, не сможет понять маму в ее тревоге о финансовых трудностях, не видит необходимости помогать по дому. В результате возникают негативные последствия как для матери, так и для ребенка, с формирующейся инфантилизацией.

Как следствие – может возникнуть гиперопекающее поведение. Мать, стремясь скорректировать ситуацию, отдает себя ребенку без остатка, потакает любым его капризам. Необходимо сдерживать себя, уметь оставлять ребенка в покое, давать ему свободу.

Психологическое благополучие матерей является одним из наиболее существенных аспектов, влияющих на взаимоотношения родителей и детей. Женщины с более высоким уровнем субъективного благополучия больше настроены на включение ребенка в повседневное взаимодействие, готовы признавать его права и достоинства, а строить взаимоотношения на основе партнерства и равенства. Все это может свидетельствовать о том, что женщины, более позитивно воспринимающие свою жизнь, выстраивают более гармоничные взаимоотношения со своим ребенком.

Опыт многих женщин, которые воспитывают детей самостоятельно, свидетельствует о том, что добиться этого реально, тем более что наличие ребенка не является препятствием для женщины в устройстве своей личной жизни. Но только при условии, что у нее нет внутренней установки на то, что она обязана посвятить свою жизнь ребенку ценой личного счастья. По мнению специалистов, подобная установка будет вредна не только для женщины, но и для ее ребенка, формируя у него неправильные представления об отношениях мужчин и женщин.

Список литературы

1. Рассказова, И. Н. Безбрачное одиночество женщин в период ранней взрослости / И. Н. Рассказова // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2007. – № 1. – С. 20-29.
2. Хухлаева, О. Хочу быть успешным : метод. пособие / О. Хухлаева – М. : Чистые пруды, 2005. – 32 с.

3. Купер, К. Индивидуальные различия / К. Купер ; пер. с англ. Т. М. Марютиной ; науч. ред. пер. И. В. Равич-Щербо. – М. : Аспект-Пресс, 2000. – 526 с.
4. Мягкова, М. А. Психологические особенности одинокого материнства / М. А. Мягкова // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. – 2011. – № 4. – С. 151-153.
5. Варга, А. Я. Современный брак: новые тенденции / А. Я. Варга, Г. Л. Будинайте // Системная психотерапия супружеских пар / автор-сост. А. Я. Варга. – 2017. – С. 9-27.
6. Буянов, М. И. Ребенок из неблагополучной семьи: записки детского психиатра : книга для учителей и родителей / М. И. Буянов. – М. : Просвещение, 1988. – 207 с.
7. Целуйко, В. М. Психология неблагополучной семьи : кн. для педагогов и родителей / В. М. Целуйко. – М. : ВЛАДОС-Пресс, 2003 (Великолук. гор. тип.). – 270 с.
8. Овчарова, Р. В. Материнство в неполной семье : монография / Р. В. Овчарова, М. А. Мягкова ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования «Курганский гос. ун-т». – Курган : Изд-во Курганского гос. ун-та, 2014. – 355 с.
9. Половенко, С. А. Взаимодействие матерей одиночек с детьми младшего школьного и подросткового возраста / С. А. Половенко, Е. Ю. Чеботарева // Актуальные проблемы современных гуманитарных наук : материалы Международной конференции молодых ученых / Российский университет дружбы народов. – 2016. – С. 377-381.

Колесников Евгений Анатольевич,

кандидат психологических наук, доцент, Глазовский государственный педагогический институт им. В.Г. Короленко, Глазов, Россия

НРАВСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОСПИТАНИЯ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Аннотация. В статье представлено описание воспитания как интериоризационного процесса. Подчеркивается важность включения детей в события как толчков по формированию нравственных ценностей и ориентиров. Дается описание педагогических приемов воспитания и чувств у обучающихся в педагогических системах А. С. Макаренко и В. А. Сухомлинского.

Ключевые слова: нравственность; нравственное воспитание; воспитание личности; воспитательная работа; психология воспитания.

Kolesnikov Evgeny Anatolyevich,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Glazov State Pedagogical University named after V.G. Korolenko, Glazov, Russia

MORAL INDICATORS AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF EDUCATING STUDENTS PERSONAL POTENTIAL

Abstract. The article describes education as an interiorization process. The importance of the inclusion of children in the events as a push for the formation of moral values and guidelines is emphasized. The article describes the pedagogical methods of education and feelings of students in the pedagogical systems of A. S. Makarenko and V. A. Sukhomlinsky.

Keywords: moral; moral education; personality education; educational work; educational psychology.

Воспитание – протяженный во времени социализационный процесс. В нем участвует множество факторов, инструментов и механизмов. Понятие «нравственность» фокусирует, аккумулирует и объясняет базовые правила и регуляторы социального поведения людей в обществе. Оно включает в себя и отношения со своим прошлым и будущим, с социальной и природной средой.

Нравственные правила возникают в ходе истории и кристаллизуются в религиозных учениях, в лучших памятниках мировой культуры, воспеваются на страницах ярких образцов художественных текстов. По своей функции они являются своеобразными ограничителями и выражаются в форме строгих требований: не убий, не укради и др. Каждый раз перед вступающими в активную жизнь новым поколениям людей возникает набор обязательных правил – «как следует себя вести в обществе».

Фиксируясь, обычно, в рациональной сфере психики, они, тем не менее, часто не выполняются. Изворотливое сознание обладает свойством выстра-

ивать логические конструкции для оправдания отступлений от требований нравственной нормы. Результатом таких отступлений становится достаточно распространённый: цинизм, изощрённый рационализм, холодный расчет, апатия и равнодушие к происходящему. Сюда же могут быть отнесены расширяющиеся гедонистические наклонности с близким к ним сибаритством.

В условиях господства ценностей потребления они демонстрируют способность к расширению путем вовлечения в свои ряды новых лиц из молодого, начинающего свою жизнь, поколения людей.

Отсюда во весь рост встают, проявляя свою актуальность, социализационные задачи воспитания. Главной среди них является интериоризация нравственных ценностей в личные убеждения. Когда нравственное требование переведено во внутренний план, оно становится реальным правилом социального поведения. В этом случае отпадает необходимость ведения внешнего контроля.

Понятие «интериоризация» входит в число ключевых в культурно-исторической концепции Л. С. Выготского. С его помощью он выражает мысль о том, как внешние требования становятся внутренними регуляторами и организатором совершаемых действий и поступков.

Интериоризационный процесс перехода растянут во времени. Имплицитно он является инструментом социализации. Его действие приводится в движение психологическими механизмами подражания, идентификации, переживаний, упражнений [1].

По существу воспитание начинается с подражания. И характеризуется медленным и постепенным переходом от исходной (начальной) компенсирующей функции к интериоризирующей. В своём социализирующем значении функция подражания преодолевает четыре стадии своего усложнения: а) копирования; б) имитации; в) символического и г) обобщенно-символического моделирования [4]. На первых двух стадиях доминирует компенсационная функция. Маленькие дети, не обладая достаточным опытом вхождения в новые для них жизненные ситуации и установления уверенных отношений внутри них, прибегают к выручающему средству подражания. Они слепо копируют то, что видят. Их перцептивный аппарат находится в состоянии постоянной готовности увидеть «правильное поведение» и тут же воспроизвести его. Сигналом к включению механизма копирования и толчком к его немедленному применению обычно служит авторитет взрослых, их уверенность и активность.

На двух последующих стадиях подражания возрастает действие интериоризационной функции. От простого воспроизведения увиденного дети совершают то, что для них становится существенным и значимым. В доминирующей для них ролевой игре главным становится достижение правильности воспроизведения внешнего рисунка социально-ролевых отношений.

В последующем на этапе обобщенно-символического моделирования активизируются смысловые основы современных действий, которые

регулируются мотивами. В этом случае интериоризационная функция в механизме подражания достигает своих пиковых значений. Дети внутренне начинают осознавать смысл воспринимаемых и воспроизводимых в игровой деятельности социально-ролевых действий и поступков.

Идентификация более сложный, чем подражание интериоризационный процесс. По характеру своего использования его можно характеризовать в терминах недемонстративности и адаптируемости. Ее функциональное предназначение сводится к поиску идентификационного образа, своего притягательного героя по образцу у которого стоило бы активно строить свою профессиональную и карьерную жизнь во всех сопровождающих ее социальных проявлениях.

В сложившихся условиях размытости и репутационной неясности положительного героя, и многие молодые люди испытывают значительные трудности при решении интериоризационной задачи построения своего нравственного ориентира.

Ситуация осложняется тем, что и близкие взрослые не могут им помочь в этом, потому что сами находятся в состоянии глубокой личной растерянности. Утверждается, что преодоление фрустрирующей ситуации может быть преодолено новой национальной идеей, которая могла быть формализована в форме соответствующей идеологии. Отметим, что в условиях большого разногласия, не стыкуемая между собой мнения в общественном сознании задача эта автоматически переходит в разряд неразрешимых.

Переживания по своему интериоризационному значению выполняют функцию преобразования, пересмотра и переформирования в уже сложившихся структурах и установках и регуляторах реализуемого поведения. В таком значении первым термин «переживание» использовал С. Л. Рубинштейн. Он считал, что с переживаниями связана внутренняя работа по ревизии и преобразованию основополагающих нравственных ценностей и ориентиров.

Толчком к проведению такой работы служат: а) события жизни; б) события биографии; в) события поступка; г) события-впечатления.

События жизни – объективные не зависящие от воли и желаний большинства людей обстоятельства, которые побуждают провести крутые изменения в привычном течении и сложившемся укладе жизни. Такие изменения обычно сопровождаются в шкалах нравственных регуляторов, организаторов социального, профессионального, ролевого, возрастного и т. п. поведения. В список таких событий принято включать: войны, смена курсов в социально-экономических системах, природные аномалии и т. п. Все они несут заряд психотравмирующей энергии, затрагивающих интересы значительной части людей, побуждая их к пересмотру и построению иных соответствующих сложившимся изменениям формы организации своей жизни.

События биографии – не планируемые, обычно случайные моменты жизни, которые обладают свойствами круто ее менять и служить репер-

ными поворотными точками в ее развитии. Складываются из случайных встреч, увиденных образов, услышанных и прочитанных фраз. Все они и каждый из них обладает свойством включения механизма переживаний. А через них действий и поступков.

В личных историях большинства людей, достигших широкой известности и признания можно найти такие события биографии, которые послужили толчком и поворотным пунктом их дороги к признанию, от которых начинается путь к известности. Все это еще раз подтверждает идею о реальном существовании и значимости биографического фактора.

События-впечатления складываются из перцептивного образа, который оказал сильное эмоциональное потрясение, побудившее индивида пересмотреть и внешне изменить свои установки и привычные критерии организации успешной и правильной, с их точки зрения, измененного сознания субъекта жизни.

События-поступки образуются из единичных действий, которые привлекли к себе внимание социального окружения. С точки зрения нравственных критериев они могут оцениваться со знаком «плюс» и со знаком «минус» [2].

Вариант «плюса» открывает реальную перспективу для творческого, карьерного, спортивного и т. п. роста. Вариант «минуса», напротив, может стать «черной меткой» – ограничителем для социальной и иной активности.

На ряду интериоризационных преобразователей упражнения занимают особое место. Они обеспечивают внутреннюю связь и единство между нравственным знанием и его реальным воплощением (исполнением). При их пренебрежении возникают воспитательные щели и зазоры, через которые прорастают и выходят наружу часто наблюдаемые «горькие» качества открытого цинизма, черствости, равнодушия, рядом стоящего холодного рационализма, бездушия и т. п.

В воспитательных системах двух выдающихся отечественных педагогов А. С. Макаренко и В. А. Сухомлинского «правила упражнения» являются внутренним, естественным принципом их профессиональной деятельности. Каждый из них, глубоко чувствуя и принимая в дух своего времени, по-своему его использовал.

В коммунах А. С. Макаренко действовало правило триединства между учебной, трудовой и творческой деятельностью [3]. Вчерашние беспризорники через учёбу приобщались к грамоте. Полученные в ходе учебы знания умело соединялись с работой на обширном приусадебном хозяйстве. Воспитанники обеспечивали себя необходимыми продуктами питания. Занимаясь земледельческим трудом, они избавляли себя от испытанного ранее тяжелого голода и тем самым в реальности начинали осознавать подлинное значение труда как основного источника существования. В этом состояло открытие нравственного требования – «надо трудиться».

Наряду с земледельческой, воспитанники занимались производственной деятельностью. В стенах коммуны было налажено и развернуто серийное производство фотоаппаратов ФЭД. Вскоре они получили широкую известность и вошли в список востребованных населением товаров потребления.

В свободное от учебы и работы время воспитанники занимались творческой деятельностью. В своем театре они ставили спектакли, развивая актёрские способности, и укрепляли дух эмпатии.

В итоге не является случайным, что, проходя коммунарскую практику, из воспитанников в последующем вырастали квалифицированные рабочие, умелые земледельцы. Многие из них стали замечательными педагогами, учеными и даже заслуженными артистами.

Разумеется, в изменившихся условиях современности воспитательная система Макаренко не может быть реанимирована и использована в том виде, в каком она существовала. Но ее центральная идея нацеленности на приобщение воспитанников к общественно значимым целям и использование принципа единства между учебной и трудовой деятельностью не утратили своей актуальности.

Центральное место в системе В. А. Сухомлинского отводится упражнениям и тренировке чувств [5]. В логике своего времени это было своеобразной реакцией на утвердившуюся практику разрыва между рациональным и аффективным элементами социализационного процесса. В те годы стала господствовать тенденция возвышения учебных ориентиров над воспитательными. Выражалась она с помощью насаждаемых тогда требований типа: «культ знаний», «школа должна учить мыслить» и т. п. Когнитивный элемент образования явно стал доминировать над воспитательным. Вследствие этого социализирующие задачи воспитания переводились в плоскость когнитивных. Считалось достаточным на когнитивном уровне усвоить правила нравственных требований, как они сами по себе превратятся в потребности индивида и регуляторы социального поведения.

В. А. Сухомлинский первым осознал опасность такой социализирующей тенденции. Он был глубоко убежден, что обязательным условием воспитывающего перевода служат чувства, которые являются фундаментом и основой нравственности.

Отсюда и возникает его практика тренировки чувств. Согласно этой практике нравственное требование должно быть пропущено и утверждено в чувственной сфере. Творческое наследие В. А. Сухомлинского хранит огромное число педагогических приемов, каким образом это можно делать (реализовать). К примеру, яркий день начала весны, когда с ощутимой ясностью проявляются знаки пробуждения природы, может послужить для учителя основанием для приостановки урока по математике и организации похода на природу для того, чтобы ученики самостоятельно могли погру-

зиться в мир своих чувств и ощутить свое единство с волнующим состоянием её пробуждения.

По убеждению В. А. Сухомлинского, из него могут вырасти высокие чувства патриотизма. За приведенный воспитательный прием В. А. Сухомлинский получил выговор, но он не заставил его отказаться от исходной цели: знания по математике можно формировать в другое удобное время, а тренировать чувства по расписанию невозможно. Для этого нужно использовать реальные жизненные обстоятельства, которые воспитывают. В таком случае педагог-воспитатель будет избавлен от назидательно-скучных задач о патриотизме, чувствах долга, сострадательности, отзывчивости и т. п.

Список литературы

1. Выготский, Л. С. История развития высших психических функций. Собр. соч. Т. 3 / Л. С. Выготский. – М. : Педагогика, 1983. – 368 с.
2. Логинова, Н. А. Развитие личности и её жизненный путь / Н. А. Логинова // Принципы развития психологии / под ред. Л. И. Анциферовой. – М. : Наука, 1978. – С. 156-172.
3. Макаренко, А. С. Педагогическая поэма / А. С. Макаренко. – Пермь : Пермское книжное издательство, 1986. – 576 с.
4. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология / Л. Ф. Обухова. – М. : Роспедагентство, 1996. – 374 с.
5. Сухомлинский, В. А. Сто советов учителю / В. А. Сухомлинский. – Ижевск : Удмуртия, 1981. – 296 с.

Талипова Олеся Азатовна,

кандидат психологических наук, доцент, Казанский инновационный университет им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП), г. Казань, Россия

Юнусова Лейсан Маратовна,

студент, Казанский инновационный университет им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП), г. Казань, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ПЕДАГОГОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ

Аннотация. В статье рассматриваются особенности педагогического труда при переходе на дистанционное обучение. Основное содержание исследования составляет анализ благополучия педагога в информационной образовательной среде. Была определена попытка оценить возникшие проблемы системы образования при переходе на дистанционный режим работы. Раскрыты основные способы сохранения психологического и физического здоровья в период пандемии.

Ключевые слова: педагогическая деятельность; профессиональное здоровье; дистанционное обучение; психологическое благополучие; пандемия; COVID-19; коронавирус; инфекции; педагоги; педагогическая психология.

Talipova Olesya Azatovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Kazan Innovative University named after V.G. Timiryasov, Kazan, Russia

Unusova Lejsan Maratovna,

Student, Kazan Innovative University named after V.G. Timiryasov, Kazan, Russia

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF TEACHERS DURING THE PANDEMIC

Abstract. In the article the problem of the peculiarities of pedagogical work during the transition to distance learning. The main content of the research is the analysis of the well-being of the teacher in the information educational environment. An attempt was made to assess the problems of the education system during the transition to a remote mode of work. The main ways of maintaining psychological and physical health during a pandemic are revealed.

Keywords: pedagogical activity; professional health; distance learning; psychological well-being; pandemic; COVID-19; coronavirus; infections; teachers; pedagogical psychology.

Педагог является центральной фигурой в системе образования, которая обеспечивает психологически грамотную и безопасную среду для всех субъектов педагогического процесса. Атмосфера в этой среде во многом зависит от психологического благополучия личности педагога.

По своей сути профессия учителя предполагает интенсивность межличностного общения и наиболее полную эмоциональную вовлеченность в него. Это способствует возрастанию вероятности профессиональной де-

формации и эмоционального выгорания, что, несомненно, вредит здоровью и препятствует психологическому благополучию.

Психологическое благополучие состоит из таких компонентов как отношение к себе, отношение к условиям своей жизни и отношение к собственному функционированию в этих условиях.

Бытует мнение, что целью жизни педагогов является полезность для окружающих, ценность их профессиональной деятельности для других. Одновременно с этим принято считать, что учителя сильно зависимы от образовательной среды и бессильны изменить что-либо, чтобы улучшить свое положение в ней. Можно предположить наличие у преподавателей внутреннего конфликта между потребностью быть транслятором культуры и проводником в изучении новых знаний и невозможностью реализации своего потенциала в полной мере в связи с высокой зависимостью от социального давления, связанного с высокими требованиями общества к личности педагога, жесткими образовательными рамками и стандартами, особенно в последнее время [1, с. 113].

В конце 2019 и начале 2020 гг. мир столкнулся с всемирной коронавирусной эпидемией (COVID-19).

Режим самоизоляции, наравне с ухудшившейся экономической ситуацией в стране, инфодемией, потерей работы или отсутствием возможности выполнять свои трудовые обязанности, является одним из центральных факторов, оказавших негативное влияние на психологическое благополучие населения [2, с. 36]. Ежедневно люди подвергались сильнейшему стрессу в связи со страхом за свое здоровье и здоровье своих близких, неопределенностью и неуверенностью в собственном будущем, а также в связи с вынужденностью перестройки своей трудовой деятельности или поиском новых способов заработка. Повышенный уровень стресса, в свою очередь, способствовал возникновению конфликтов и кризисных ситуаций в межличностных отношениях, что оказало отрицательное влияние на все остальные сферы жизнедеятельности человека. Невозможность вести привычный образ жизни, в том числе, выходить из дома, нередко приводила к конфликтам даже в самых крепких и сплоченных семьях.

Во избежание распространения инфекции внутри страны, одной из самых первых и неотложных мер стал перевод образовательных учреждений на дистанционный режим работы, что не могло не сказаться на психологическом состоянии педагогического состава страны.

С помощью информационных и коммуникационных методов и средств возникла новейшая технология обучения – дистанционное обучение. Концепция заключается в том, что весь учебный процесс или большая его часть реализуется благодаря использованию современных информационных и телекоммуникационных технологий при территориальной разбросанности педагогов и обучающихся.

Учитель и ученики находятся в непрерывном контакте, который организован при помощи специальных приемов построения учебного процесса, методов контроля, способов коммуникации путем использования технологий Интернета и специально осуществляемых организационно-административных мероприятий.

На настоящий момент развития образовательной системы в обществе практически полностью исчезли предрассудки по поводу дистанционных методов обучения. Множество учебных заведений страны стали активно разрабатывать и применять средства и методы дистанционного обучения в педагогическом процессе.

Новые технологии передачи знаний объединили и усовершенствовали уже известные способы обучения. Они позволили расширить сферу образовательных услуг и площадь их действий, разнообразить подачу учебного материала, систематизировать методическое обеспечение учебного процесса, оперативно актуализировать учебные курсы [3, с. 68]. Но, к сожалению не все оказались готовы к такого рода изменениям, а именно – к реализации образовательной деятельности в особо экстремальной и неотложной ситуации. И без того большая нагрузка на педагогов увеличилась в разы. Поменялся уровень достижения основных целей образования: изучение нового материала и его отработка, повторение и обобщение изученного, диагностика и контроль.

Массовая неподготовленность страны к тому, чтобы перевести страну на дистанционное обучение, была выражена в конкретных педагогических работах, которые не были обучены владению информацией о том, как работает диджитал-среда и не имели знаний о наличии инструментов, позволяющих перевести обучение в онлайн-формат.

Разумеется, внедрение новых информационных и коммуникационных технологий должно было сопровождаться адекватной подготовкой преподавателей к восприятию технологий преподавания в новых условиях информационно-образовательной среды.

Основой процесса обучения во время дистанционного процесса является глубокая самостоятельная, но при этом контролируемая, работа ученика. Причем задания должны иметь четкую организацию консультационно-методического сопровождения активной учебно-познавательной самостоятельной деятельности обучающихся по усвоению учебного материала.

Основной задачей педагога в процессе дистанционного обучения является планирование, организация и контроль самостоятельной работы обучающихся.

В связи с переходом на дистанционный формат обучения, кроме недостаточной готовности педагогов, следует отметить отсутствие в некоторых учебных заведениях необходимых сетей информационно-коммуникационных технологий для проведения занятий в формате ви-

деоконференций. Тогда на преподавателя ложится задача организовать альтернативный способ донесения информации до обучающихся.

Однако главным в процессе обучения, в том числе дистанционном, является диалог, смысл которого заключается в преобразовании информации в знание и понимание. Обучение является диалогическим процессом, в отличие от самообразования. При дистанционном обучении учебный диалог и взаимодействие необходимо организовывать с помощью таких технологий, которых на момент экстренного перехода страны на дистанционную форму обучения разработано и апробировано не было.

Из-за не выдерживающей нагрузки сети, приходилось организовывать учебный процесс, с помощью других телекоммуникационных технологий. Педагоги кардинально меняли организацию, методику преподавания, контроль самообразования, чтобы обеспечить еще один аспект обратной связи – ее своевременность. Если обучающийся не может получить своевременную обратную связь, то у него не получится узнать, успешно ли его выполнение задания и усвоение материала.

Принимая во внимание данную ситуацию, можно сделать вывод о том, что педагог должен быть способным работать в условиях распределенного времени, быть внутренне хорошо организованным человеком, который готов к активному обмену информацией с обучающимися [3, с. 69].

Следует отметить, что никто не ожидал настолько экстренного перехода на домашнее обучение: ни педагогические работники, ни обучающиеся, ни одна рабочая программа не предусматривала никакого другого преподавания, кроме кабинетного.

Одной из составных частей благополучия является чувство уверенности в условиях своей жизни. Однако в период глобального перехода страны на дистанционное обучение оплата труда преподавателей осталась неизменной, хотя они занимались организацией всего процесса. Перед ними стояла задача налаживания технического процесса, освоение новых технологий, совершенно иная подготовка к учебному процессу, в кратчайшие сроки и без права выбора.

Для благополучного продолжения ведения преподавательской деятельности работодателю необходимо было согласовать изменения трудовых функций преподавателя, а именно: как и в каком размере будет проходить компенсация работнику расходов, связанных с переходом на домашнюю работу, как будет осуществляться оплата труда, позволяют ли условия, состав семьи, в том числе жилая площадь, вести преподавательскую деятельность дистанционно. Стресс, напряжение, утомляемость оказывали влияние на работу преподавателей, а значит и на их психологическое благополучие.

Следует отметить, что условия самоизоляции в целом способствовали ухудшению психологического самочувствия педагогов. Это связано с множеством факторов, которые оказали влияние на учителей, вынужденных осуществлять свою трудовую деятельность дистанционно. В первую оче-

редь, это проблемы, с которыми они столкнулись во время организации дистанционного учебного процесса. Необходимость экстренно осваивать новые методы преподавания с использованием онлайн-платформ, высокий уровень загруженности и давления со стороны руководства, отсутствие возможности выходить из дома и снимать психологический стресс привычными способами оказали негативное влияние на их психологическое самочувствие. Ухудшение самочувствия педагогов отличается нарушением сна, тревогами и страхами, а также истощением энергетических ресурсов.

Множество негативных факторов связано с осуществлением педагогами профессиональной деятельности в режиме самоизоляции. К ним относятся высокая загруженность, необходимость экстренного освоения работы с онлайн-платформами, освоение новых технологий, непрерывное общение с учениками и их родителями, большое количество времени, проведенное за монитором.

Во избежание подобных физически и психологически выматывающих ситуаций в будущем, необходимо организовывать в школах обучающие тренинги, которые помогут учителям с самого начала их профессиональной деятельности повысить свою стрессоустойчивость, научиться работать в различных условиях. В ходе таких тренингов необходимо развивать навыки саморефлексии и оценки стрессовых ситуаций [4, с. 112].

В критических ситуациях руководители педагогического коллектива должны поддерживать уважительную и дружественную атмосферу, чтобы сохранить благоприятное психологическое самочувствие педагогов.

Стоит учесть, что длительное нахождение за монитором компьютеров вредит физическому здоровью как учеников, так и преподавателей. Соответственно, количество рабочих часов преподавателя, как и количество учебных часов у ученика обязательно должно быть регламентировано. Руководителям можно предложить отказаться от дополнительных мониторингов с целью сохранения здоровья их сотрудников, поскольку в сложившихся обстоятельствах оно намного важнее. С целью поддержания психологического самочувствия преподавателя в период самоизоляции можно предложить руководителям ввести методический день, который преподаватель сможет посвятить подготовке материала и отдыху.

Пока не ясно, как долго продлится режим изоляции, и дистанционное обучение в частности. Но жизнь не должна ставиться на паузу. Педагог – фундаментальная фигура в образовательной среде, помимо воспитательной функции, обеспечивающая комфорт образовательного пространства и психологическую атмосферу всего процесса образования. Поэтому обеспечение психологического благополучия педагогов должно быть приоритетной задачей в организации образовательного процесса.

Список литературы

1. Пучкова, Г. Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Пучкова Г. Л. – Хабаровск, 2003. – 163 с.
2. Голубева, Н. В. Панические расстройства во внутрисемейных отношениях, как последствия воздействия коронавирусной инфекции / Н. В. Голубева, Д. В. Иванов, М. С. Троицкий // Вестник новых медицинских технологий. – 2020. – № 2. – С. 32-38.
3. Борисова, Л. В. Специфика о педагогической деятельности в системе дистанционного обучения: содержательный аспект / Л. В. Борисова // Вектор науки ТГУ. – 2012. – № 1 (8). – С. 68-70.
4. Шевеленкова, Т. Д. Психологическое благополучие личности / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95-121.

Семенова Татьяна Николаевна,

кандидат педагогических наук, доцент, Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, Чебоксаны, Россия

СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ И ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЖЕНЩИН С ИНВАЛИДНОСТЬЮ КАК ФАКТОР ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ

Аннотация. В статье рассматривается проблема жизненной и профессиональной самореализации, обращается внимание на необходимость ломать стереотипы общества в отношении к «привлекательности» лиц с инвалидностью, менять восприятие социумом лиц с ограниченными возможностями здоровья как неспособных к самореализации на пользу общества людей.

Ключевые слова: профессиональная самореализация; ограниченные возможности здоровья; ОВЗ; лица с ограниченными возможностями здоровья; инвалиды; женщины; психология женщин; смысл жизни; смысложизненные ориентации; ценностные ориентации.

Semenova Tatiana Nikolaevna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Chuvash State Pedagogical University named after I.Ya. Yakovlev, Cheboksary, Russia

LIFE MEANING AND VALUE ORIENTATIONS WOMEN WITH DISABILITIES AS A FACTOR THEIR PROFESSIONAL SELF-REALIZATION

Abstract. The article considers the problem of life and professional self-realization, draws attention to the need to break the stereotypes of society in relation to the “attractiveness” of persons with disabilities, change the perception of society of persons with disabilities as incapable of self-realization for the benefit of society.

Keywords: professional self-realization; disabilities; persons with disabilities; disabled people; women; psychology of women; meaning of life; life-meaning orientations; value orientations.

Замечали ли Вы, что слово «инвалид» – мужского рода? А женский вариант звучит в достаточно уничижительной форме, что даже походит на оскорбление... К сожалению, общество предпочитает не задумываться, что среди людей с инвалидностью много представительниц прекрасного пола. Возможно, потому что неловко, неудобно, не хочется... Между тем, девушки с инвалидностью мечтают совершенно о том же, что и их «условно здоровые» сверстницы.

В России число людей с инвалидностью составляет не менее 10% от всего населения. Физическая инвалидность может иметь как приобретенную, так и врожденную форму, однако многие женщины остаются по-прежнему привлекательными, имеют семьи, детей, активно принимают участие в социокультурной жизни, реализовываются в профессиональном

плане. Несомненно, эти девочки с ранних лет уже привыкли к определенным ограничениям. Еще в старшем дошкольном возрасте многие из них уже начинают понимать, что по каким-то особенностям отличаются от других детей. Однако от этого осознания и, возможно, последующего принятия себя, не перестают быть «принцессами», мечтающими о нехитром женском счастье, любви прекрасного принца, семье, детях.

Конечно, в личностном и духовном отношении они формируются несколько иначе, чем «условно здоровые» девушки: их развитие происходит больше через самосозерцание, самоосмысление благодаря чтению книг, общению в интернет-среде. Бесспорно, горько и обидно видеть, как некоторые моменты жизни (веселые шумные компании друзей, дискотеки и пикники, бесконечные прогулки и свидания) проходят мимо тебя... Но сила этих женщин в том, что они всегда стараются найти что-то позитивное в происходящем, делая свою жизнь ярче и динамичнее. Тем более, сегодня в XXI в. отношение общества к людям с инвалидностью кардинально меняется с каждым днем: совершенствуется доступная среда, и мы их все чаще видим в общественных местах.

Первичным и самым главным фактором в жизни девушек с инвалидностью является семья. Именно родные, начиная с самого раннего возраста, должны показывать девушке ее потенциальные возможности и перспективы на будущее. Родители должны суметь вложить в нее общечеловеческие, духовные ценности и на примерах: своем и других, показать, что жизнь – борьба. Борьба для всех, а не лишь для тех, кто имеет физические недостатки.

Однако все семьи – разные, иногда даже среди близких отношение к девушке с инвалидностью бывает пренебрежительным, негативным. Поэтому, вспоминая тот факт, что многие счастливые истории создавались вопреки всем обстоятельствам, то следует отметить, путь к успеху зависит от самого человека, его веры в себя, умения не опускать руки и не сдаваться, даже если бывает очень тяжело.

В связи с этим, целью данной статьи является стремление показать, что женщины с инвалидностью – это не приговор, что они имеют большой потенциал успешности во многих сферах благодаря внешней и внутренней красоте. Мир прекрасен во всем своем многообразии, поэтому необходимо ломать стереотипы общества в отношении к привлекательности лиц с инвалидностью, менять восприятие социумом лиц с ограниченными возможностями здоровья как неспособных к самореализации на пользу общества людей.

Действительно, в нашем обществе зачастую бытует стереотип, представляющий людей с инвалидностью как немощных иждивенцев, неспособных работать и обеспечить себя. Схожая точка зрения встречается даже среди самих лиц с инвалидностью. Но все же большинство из них – это

люди, чье стремление к самореализации гораздо выше, чем у «условно здоровых» людей.

Автор статьи сам неоднократно убеждался в этом на личном опыте. Так, читая учебные курсы в вузе, где в одной из групп обучался незрячий студент – на тот момент специалист Чувашской республиканской библиотеки для слепых Николай Парахин – я была поражена его исполнительностью, усидчивостью, обязательностью и талантливостью при выполнении всех заданий.

Кроме того, на конкурсе авторских статей и руководств, посвященных компьютерным технологиям для людей с нарушениями зрения «Компьютерные технологии для незрячих и слабовидящих», организованном порталом Тифлокомп при поддержке IT-индустрии АBBYY, Яндекс и Элита Групп его учебно-методическое пособие «ОС Android. Базовая часть для незрячих пользователей» заняло первое призовое место.

Не уходя далеко от основной проблематики данной публикации, хотелось бы еще более подробно остановиться еще на одном примере силы духа и веры в свои возможности, данные свыше, целеустремленности и огромного желания петь. Галина Никитина – достаточно известная в узких кругах города Чебоксары певица. Она обладает великолепным голосом: лирическим сопрано. По специальности Галя – академическая певица, но уже много лет с успехом исполняет и эстрадные произведения.

В 2013 г. она с отличием закончила Чебоксарское музыкальное училище им. Ф. Павлова, а позже – также блестяще завершила обучение в Чувашском государственном институте культуры и искусств. Галина – лауреат множества всероссийских и международных вокальных конкурсов. Каждое ее исполнение – это путешествие в мир искренности, мира, светлой души и безграничной доброты!

Галина рассказывает в одном из интервью: «Бабушка трясла погремушкой и обнаружила, что я не слежу взором за игрушкой, а поворачиваюсь только на ее шум. С самого детства со мной много времени проводила старшая сестра: она учила меня ориентироваться в пространстве, самостоятельно есть, одеваться. Мы вместе помогали взрослым по дому: пололи грядки, мыли полы и посуду. Мне еще в детстве очень нравилось петь, к музыке у меня тянулась душа. Сейчас я больше пою классические произведения, люблю романсы. Каждый день занимаюсь до 4 часов, а чтобы не посадить голос, не грызу семечки, не ем холодное мороженое». Галина отмечает, что несмотря на все трудности – нужно идти дальше! Каждый ее день начинается и завершается молитвой. «Я благодарю Бога за то, что мне дана жизнь. Я могу петь, у меня есть любимые родственники».

Конечно, ограничения по здоровью, так или иначе, влияют на самооценку, да и общее отношение в обществе к людям с инвалидностью, как мы упоминали выше, уверенности в себе не прибавляют... Однако у девушек с особенностями в развитии есть преимущества, которых, к сожалению,

нию, иногда лишены многие современные девушки: они умеют горячо любить жизнь, у них иное отношение к любви и семье, где они отдают свое тепло и заботу без остатка.

Официально зарегистрированным интернет-СМИ, посвященном инвалидности Неинвалид.ру [2] совместно с Шоурумом Fineartshop организовали фотопроjekt «Успешные женщины с инвалидностью», в котором приняли участие 12 женщин, пользующихся инвалидными колясками. Кроме внешней привлекательности, эти женщины успешно занимаются самыми разными видами профессиональной деятельности: телеведущая, учитель, лидер общественного движения, инструктор по автовождению, фотомодель, коуч и др.

Хочется привести еще несколько примеров. Актриса Ирина Поволоцкая ничего не видит и почти ничего не слышит. В необычном спектакле «Прикасаемые», созданном по откровенным дневникам слепоглухих людей, рассказан фактически кусочек ее жизни. Она выучилась на психолога и учиться, конечно, было сложно: особенно когда лекции на тему, по которой нет учебника. Спасибо друзьям: переводили, записывали, поддерживали, как могли. Ирина тридцать лет проводила психологические консультации для зрячеслышащих людей, при этом будучи глухой и почти слепой, в это обычно не могут поверить. Конечно, требовался переводчик, но, когда общение уже налажено, можно было общаться и письменно. Когда она потеряла зрение окончательно, преодолев депрессию, с помощью фламенко Ирина начала оживать. Она увлеклась театром и сейчас играет с замечательными актерами. Была на одной сцене с Ингеборгой Дапкунайте, Евгением Цыгановым, Анатолием Белым и другими. Теперь репетиции, спектакли – важная часть ее жизни. Работает над «Чайкой» по Чехову во МХАТе, занимается у режиссера Михаила Фейгина в ГИТИСе с тифлосурдопереводом. Некоторые артисты даже выучили «дактиль» и простые жесты. Ирина отмечает, что то, что потеряно, компенсируется другим. Она гораздо острее, чем обычные люди, различает запахи, прекрасно «видит» картины на другом уровне восприятия. Всегда вместе с ней ее муж, он – зрячеслышащий, ее проводник, с которым они познакомились 16 лет назад на форуме в Интернете. Ирина говорит, что смогла принять истинный смысл фразы: человеку не обязательно нужны слух и зрение. Ему нужна жизнь! Как говорил мудрец Чжуан-цзы: «Научись видеть, где все темно, и слышать, где все тихо. Во тьме увидишь свет, в тишине услышишь гармонию».

Евгения Елисеева, девушка с ДЦП на инвалидной коляске, учится на четвертом курсе факультета психологии московского вуза и параллельно строит спортивную карьеру, побеждая на всероссийских соревнованиях по пауэрлифтингу. У нее от природы достаточно крепкие руки – вся жизнь на коляске, на костылях, на ходунках. Руки привыкли носить собственное тело, поэтому она уже была подготовлена морально и немного физически. Евгения отмечает, что стала проще относиться к людям, проще все вос-

принимать, на что-то не обращать внимания – сила придает очень большое внутреннее спокойствие.

Алена Миронова из Красноярска с детства любила писать сказки с непредсказуемым сюжетом. В школе ей ставили диагноз «умственная отсталость» и пророчили жизнь в психоневрологическом интернате. Но она всех перехитрила: закончила университет и занимается волонтерством. С работой пока не складывается, но есть планы на большое будущее. Она прошла обучение на курсах копирайтинга, ходит в литературный клуб «Писательская среда». Алена – волонтер двух красноярских НКО: «Реальный волонтер» и «Мастерская добра». Она принимает участие в благотворительных акциях, проводит мастер-классы для детей с ОВЗ по изготовлению открыток, пальчиковых кукол, украшению яиц. Алена говорит, что каждый человек – это личность независимо от обстоятельств!

Безусловно, в некоторых ситуациях девушки с инвалидностью нуждаются в помощи, но еще не перевелись настоящие мужчины, которые смотрят на женщину не глазами, а сердцем, которые способны по достоинству оценить ее внутренний мир. Для них особенности избранницы будут лишь еще одной жизненной сложностью в череде других, которую просто нужно вместе преодолеть: приспособиться к ситуации, научиться жить, непринужденно и счастливо!

Таким образом, мы постарались в данной статье показать широкой общественности очевидность мысли о том, что жизнь с инвалидностью – это такой вариант нормы, а не ежедневная трагедия.

Список литературы

1. Исаев, Е. И. Психологические типы самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья / Е. И. Исаев, П. А. Галушкин // Акмеология. – 2015. – № 2 (54). – С. 84-89.

2. Интернет-издание «Не инвалид.ру». – URL: <http://neinvalid.ru>. – Текст : электронный.

Нарзуллаева Дилфуза Бафоевна,

магистрант, Бухарский государственный университет, г. Бухара, Узбекистан

Бобокалонов Рамазон Раджабович,

кандидат филологических наук, доцент, Бухарский государственный университет, г. Бухара, Узбекистан

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СОТРУДНИКОВ

Аннотация. Рассматривается проблема изучения профессионального благополучия в современной психологии. Анализ научных публикаций показывает, что проблема определения данного понятия является одной из основных методологических проблем в исследовании феномена профессионального благополучия. Дан обзор основных моделей профессионального благополучия в зарубежной психологии; описаны подходы к определению экологических и личных детерминант благополучия; рассматриваются актуальные вопросы психологической диагностики профессионального самочувствия. Описаны подходы к разработке программ организационного вмешательства, направленных на повышение профессионального благополучия.

Ключевые слова: профессиональное здоровье; позитивная психология; профессиональное благополучие; средовые детерминанты; личностные детерминанты; психологическая диагностика; профессиональное самочувствие; программы организационного вмешательства.

Narzullaeva Dिल्фуза Бафоевна,

Master's Degree Student, Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan

Bobokalonov Ramazon Radjabovich,

Candidate of Philology, Associate Professor, Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PROFESSIONAL WELL-BEING OF EMPLOYEES

Abstract. The problem of studying professional well-being in modern psychology is considered. The analysis of scientific publications shows that the problem of defining this concept is one of the main methodological issues in the study of the phenomenon of professional well-being. An overview of the main models of professional well-being in foreign psychology is presented; approaches to identifying environmental and personal determinants of well-being are described; the topical issues of psychological diagnostics of professional well-being are considered. Approaches to the development of organizational intervention programs aimed at improving professional well-being are described.

Keywords: professional health; positive psychology; professional well-being; environmental determinants; personality determinants; psychological diagnostics; professional health; organizational intervention programs.

Before embarking on the development of a research design aimed at studying the characteristics of human well-being in professional activity, each re-

searcher must answer several methodological and methodological questions. Next, we will consider these questions and some possible answers to them.

Which aspect of well-being will be studied: physiological (psychophysiological), psychological or social? At first glance, the answer to this question is obvious for a psychologist. In most studies, we see that the subject of research is subjective or psychological well-being in professional activities. But in some cases, it makes sense to study high or low levels of well-being, including from the standpoint of a psychophysiological approach (for example, in studies of occupational stress) or in the context of studying the social level of health (for example, studying the role of organizational culture or the level of social support for the well-being of employees) ... It is also possible to develop a research program from the standpoint of a systematic approach, i.e. consideration of the phenomenon of professional well-being at all levels – physical, psychophysiological, psychological and social. *Is well-being a personality trait or a mental state?* Most researchers agree that when studying health and well-being, these phenomena can be considered, on the one hand, in terms of state, and on the other, at the level of personality traits (dispositions). In other words, the question lies in the choice of one or another “time focus”. For example, when assessing the emotions and feelings experienced by a person (the affective component of well-being), the respondent may be given various instructions: to assess how characteristic certain emotions are for him “in general” or “during the last few weeks / during the last few days / today / in present time”. By specifying a specific and short period of time, we get the result of an assessment of emotional well-being as a state. And by asking a person to evaluate how they feel in most cases, we study well-being as a personal disposition. *What will be the level of generalization in assessing well-being:* an assessment of well-being in general, at the level of a particular sphere of human life (well-being in professional activity) or some specific aspect of it (for example, satisfaction with the level of wages)? Analysis of psychological research, both domestic and foreign, has shown that all of the above approaches are used in the study of subjective well-being in professional activity. There is a quite obvious explanation for this: from a theoretical point of view, the constructs describing well-being with varying degrees of generalization are interrelated. However, it should be borne in mind that the factors of well-being can vary greatly depending on whether we assess professional well-being in general or its individual components. It should also be noted that an analysis of the literature shows that in most cases, the diagnosis of occupational well-being is based on its post-symptom study, i.e. first, the main symptoms (signs) of well-being are highlighted, and then appropriate psychodiagnostic techniques are selected for their diagnosis. At the same time, it is important to understand that the disadvantage of such a diagnosis is that, on the basis of the scattered empirical data obtained, it is rather difficult to describe and interpret the phenomenon of professional well-being as a whole. *What criteria for assessing well-being will be used?* In the study, as indicators of professional well-being can be selected, first, negative indicators; secondly, posi-

tive criteria; and thirdly, negative and positive indicators at the same time. It should be noted that specialists working in the field of occupational health psychology have long paid attention mainly to the negative aspects of the study of occupational well-being: an example of this is the huge number of studies devoted to the study of occupational stress. Currently, however, a growing interest are the constructs that describe the features of positive performance in the workplace: the perceived meaningfulness (PERCEIVED meaningfulness), prosperity (a thriving), authentic happiness (authentic happiness), vitality (resilience), a sense of accomplishment (Sense of accomplishment) and others. At the same time, in our opinion, an adequate conceptual definition of subjective professional well-being should cover a fairly wide range of its structural components, i.e. for greater reliability of the results obtained, it is desirable to include in the research program psychodiagnostic tools that measure both positive and negative criteria. *Assessment of well-being as an affective phenomenon or as an affective-cognitive syndrome?* This formulation of the question brings us back to the choice of one of the approaches to the study of the well-being of the individual in psychology – hedonistic or eudemonistic. In the first case, we study the predominantly emotional component of professional well-being (emotions, feelings, dominant emotional tone or mood, located in the “good – bad” continuum); and in the second, professional well-being is considered as a syndrome that also includes a cognitive or reflexive component (thoughts, judgments, comparisons, attributions, attitudes). The preference for one of these approaches should be determined by the purpose and objectives of the study, as well as the specifics of the professional activity or organizational context in which it is carried out. *The problem of ambivalence in assessing professional well-being.* It should also be noted the importance of studying and comparing the level of professional well-being in different periods of time, as well as analyzing the ratio of its structural components. The similarities or differences between the components of well-being can be studied in two ways. In the first case, we consider what differences are observed in the level of professional well-being over a given time period, i.e. several measurements are taken; and the second analyzes the similarities and differences between the components of well-being, which were assessed at a time.

As noted above, the problem of psychological support for professional well-being is complex and insufficiently studied. The need and effectiveness of preventive measures to maintain health is generally recognized. Unfortunately, however, there is still very little research that addresses the design, implementation, and effectiveness of organizational intervention programs that aim to improve subjective and psychological well-being in the workplace. In this section, we will consider various approaches to solving this issue. In Russian psychology, we managed to find only a few works in which an attempt is made to answer the question of how subjective or psychological well-being can be improved in the context of professional activity. Therefore, below we will provide an overview of the main approaches to improving the well-being of employees in the workplace, described

mainly in foreign studies. *Approach to improving well-being, based on the study of the strengths of the individual* (the Strength-based Approach to Enhancing the Well-for Being). The idea that the level of subjective or psychological well-being is associated with the presence of certain strengths of character (positive personality resources) in a person finds substantiation and empirical confirmation in a number of theories. It probably won't be an exaggeration to say that currently the most popular and widely represented in the scientific literature is the approach to the development of programs for improving the subjective well-being of employees, which is based on the main theoretical and methodological provisions of positive psychology and the classification of personality strengths developed by M. Seligman (M. Seligman) and K. Peterson (S. Peterson). For example, the website of the Institute for the Study of Character Strengths (VIA® Institute on Character) – <http://www.viacharacter.org/www/> – provides an online training program for specialists working with personnel (HR managers, coaches and consultants), whose goal is to develop the skills to use this approach to improve the professional well-being of employees. The program also includes acquaintance with the psychodiagnostic questionnaire “Values in Action”, which allows you to study the conscious perceptions of respondents about their personal merits. Development of programs of development of the strengths of the individual as the basis for improving psychological well-being in professional activities can also be based on a *model research center Gallup* (Gallup). The model is based on the ideas of the founder of the center – the American psychologist Donald Clifton (of Donald Clifton). The strong side is operationalized in it as the ability of a person to consistently obtain results close to ideal in a certain field of activity. At the same time, a key factor in the development of personality strengths is the identification of the so-called dominant talents, which are defined as the most natural models of thinking, feeling and behavior for a person, which can be used by him in activities with the greatest return. The main idea is that in order to turn talents into strengths, a specialist needs to make efforts for their development and subsequent improvement, and the organization can help him in this, including in the practice of personnel management the tools developed by the center. For example, the center provides advisory assistance to organizations in developing an integrated approach to improving the well-being of its employees, which includes: individual advice for employees, line managers and top managers; organizing workshops to identify the growth potential of working groups; development of training programs (including e-learning); training of certified coaches (Gallup-Certified Strengths Coach). According to a study by the Gallup Institute, only 20% of company employees are engaged in work that matches their personal strengths. Consequently, there is tremendous growth potential in organizations that can be used not only to increase productivity, but also to improve employee well-being. *Prospects for the development of organizational intervention programs aimed at improving the professional well-being of employees*. In conclusion, we list some relevant areas, the

ideas of which are currently being tested in practice and are likely to become more widespread in the coming years:

– coaching is increasingly mentioned in scientific publications as a method that is used by modern organizations along with more traditional mentoring practices not only as a technology for personnel training and development, but also as an approach to solving issues related to the preservation and / or growth of the subjective well-being of employees. Health coaching is an integral part of comprehensive behavioral management programs, the main goal of which is to achieve long-term changes in health-related behavior. The main argument in favor of the increasingly widespread introduction of coaching technologies into the practice of psychological support for the professional well-being of employees is that the non-directive style of interaction between the coach and the client reduces resistance to change (including reactive resistance or reactance associated with a person's desire to be independent and resist coercion). externally and enhances the effectiveness of intervention programs. It is now well established itself in the context of organizational technology coaching, based on motivational interviewing (motivational Interviewing-based health coaching);

– cognitive-behavioral therapy, the basic principles of which can form the basis of a training program for employees aimed at improving the well-being and job satisfaction of employees by changing work-related thoughts, attitudes, attitudes and behavior strategies that arise and are implemented in the context of professional activity.

In conclusion, we note that the article attempts to analyze only some of the most significant problems in the study of professional well-being in psychology, giving a general idea of the main methodological and methodological questions that need to be answered by modern theorists and practitioners. Perhaps this article will serve as an occasion for discussion in the professional community about approaches to the study of psychological well-being in professional and organizational contexts.

References

1. Bakker, A. B. Positive Occupational Health Psychology / A. B. Bakker, D. Derks // Occupational health psychology: A key text / ed. by S. Leka, J. Houdmont. – Oxford : Wiley-Blackwell, 2010. – P. 194-224.
2. Bakker, A. B. Subjective well-being in organizations / A. B. Bakker, W. G. M. Oerlemans // Handbook of Positive Organizational Scholarship / ed. by K. Cameron, G. Spreitzer. – Oxford : Oxford University Press, 2011. – P. 178-189.
3. Barak, A. Defining Internet-Supported Therapeutic Interventions / A. Barak, B. Klein, J. Proudfoot // Annals of Behavioral Medicine. – 2009. – № 38 (1). – P. 4-17.
4. Butterworth, S. W. Health coaching as an intervention in health management programs / S. W. Butterworth, A. Linden, W. McClay // Disease Management and Health Outcomes. – 2007. – № 15 (5). – P. 299-307.
5. Fritz, C. Recovery, well-being, and performance-related outcomes: The role of work load and vacation experiences / C. Fritz, S. Sonnentag // Journal of Applied Psychology. – 2006. – № 91. – P. 936-945.

6. Harter, J. K. Well-being in the workplace and its relationship to business outcomes: A review of the Gallup studies / J. K. Harter, F. L. Schmidt, C. L. M. Keyes // (Eds.), *Flourishing: The positive person and the good life* / ed. by C. L. M. Keyes, J. Haidt. – Washington, DC American Psychological Society, 2003. – P. 205-224.
7. *Oxford Handbook of Positive Psychology and Work* / ed. by P. A. Linley, S. Harrington, N. Garcea. – Oxford : Oxford University Press, 2009.
8. Page, K. M. The Working for Wellness Program: RCT of an Employee Well-Being Intervention / K. M. Page, D. A. Vella-Brodrick // *Journal of Happiness Studies*. – 2013. – № 14 (3). – P. 1007-1031. – doi: 10.1007/s10902-012-9366-y.
9. Passmore, J. *Organizational Coaching and Mentoring* / J. Passmore, J. Anagnos // *The Oxford Handbook of Organizational Well Being* / ed. by S. Cartwright, C. L. Cooper. – Oxford : Oxford University Press, 2009. – P. 497-521.
10. Proudfoot, J. G. Cognitive-behavioral training to change attributional style improves employee well-being, job satisfaction, productivity, and turnover / J. G. Proudfoot, P. J. Corr, D. E. Guest, G. Dunn // *Personality and Individual Differences*. – 2009. – № 46 (2). – P. 147-153. – doi: 10.1016/j.paid.2008.09.018.
11. Van Horn, J. E. The structure of occupational well-being: A study among Dutch teachers / J. E. Van Horn, T. W. Taris, W. B. Schaufeli, P. J. G. Schreurs // *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. – 2004. – № 77. – P. 365-375. – doi: 10.1348/0963179041752718.
12. Warr, P. The measurement of well-being and other aspects of mental health / P. Warr // *Journal of Occupational Psychology*. – 1990. – № 63. – P. 193-210. – doi: 10.1111/j.2044-8325.1990.tb00521.x.

Гринь Мария Андреевна,

студент, филиал Российского государственного профессионально-педагогического университета в г. Нижнем Тагиле, Нижний Тагил, Россия

Калашникова Ольга Владиславовна,

кандидат педагогических наук, доцент, филиал Российского государственного профессионально-педагогического университета в г. Нижнем Тагиле, Нижний Тагил, Россия

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СЕМЕЙ МИГРАНТОВ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Аннотация. В статье рассматриваются особенности адаптации семей мигрантов в РФ. Выделены виды адаптации семей мигрантов, рассмотрены типы детей-мигрантов и проблемы адаптации, предоставлены виды помощи семьям мигрантам, социальные пособия и аспекты работы специалистов по социальной работе с семьями мигрантами. Представлены результаты исследовательской деятельности. Предлагается ряд рекомендаций, способствующих улучшению адаптации семей мигрантов в РФ.

Ключевые слова: особенности адаптации; мигранты; виды адаптации; социальная адаптация; социальная помощь; социальная работа; социальные работники; социальные пособия; работа с семьей.

Grin Maria Andreevna,

Student, branch of the Russian State Vocational Pedagogical University in Nizhny Tagil, Nizhny Tagil, Russia

Kalashnikova Olga Vladislavovna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, branch of the Russian State Vocational Pedagogical University in Nizhny Tagil, Nizhny Tagil, Russia

FEATURES OF ADAPTATION OF MIGRANT FAMILIES IN THE RUSSIAN FEDERATION

Abstract. The article discusses the features of adaptation of migrant families in the Russian Federation. Types of adaptation of migrant families are highlighted, types of migrant children and problems of adaptation are considered, and types of assistance to migrant families, social benefits and aspects of the work of specialists in social work with migrant families are provided. The results of research activities are presented. A number of recommendations are proposed to improve the adaptation of migrant families in the Russian Federation.

Keywords: features of adaptation; migrants; types of adaptation; social adaptation; social help; social work; social workers; social benefits; work with family.

Одна из важнейших тенденций социальных перемен в современном мире – значительный рост миграции. Россия занимает 3 место в мире по числу мигрантов и является одной из самых привлекательных стран для трудовых и вынужденных мигрантов. Уровень семей мигрантов из других

стран в Россию очень сильно растет, люди бегут от кризиса, войн, религиозных несогласий.

Вслед за мужчинами в Россию стали приезжать их жены и дети, таким образом, происходит семейная миграция.

Полноценно функционирующая личность не может существовать без семьи, но семьи, которые мигрируют из других стран в Российскую Федерацию, часто сталкиваются с проблемой адаптации. У них меняется жизнь, им сложно приспособиться к новому ритму жизни, людям. Из-за психологических проблем, и трудной адаптации у семей мигрантов нарушается формирование полноценной личности, это приводит к замкнутости, появляются барьеры в общении, так же обостряются проблемы, которые оказывают большое влияние на личность человека.

В таких семьях мы можем проследить ряд личностных изменений. Во-первых, они слишком открыты для переживаний. Связано это, прежде всего с тем, что процесс оформления документов, адаптация к новой жизни приводит к преждевременной тревожности, которая ограничивает восприятие и приносит мало пользы человеку.

Во-вторых, мигрирующие семьи в большинстве случаев живут одним днем. То есть, проживают в настоящий момент времени, и не задумываются о будущем. Они рассуждают так, вот мы переехали, это хорошо, а что будет дальше уходит на второй план. Ситуативность мышления становится одной из особенностей их личностного состояния. Это существенным образом мешает процессу проектирования развития, как в личностном, так и в профессиональном плане.

Адаптация семей мигрантов в России – одно из важных направлений миграционной политики государства. Иностранные семьи, прибывшие в Россию для трудоустройства или на постоянное проживание, нуждаются в помощи. Они должны приспосабливаться к языку, устанавливать социальные связи, найти работу, жилье, им необходимо ориентироваться в окружающем пространстве.

Подверженность разным обстоятельствам семей мигрантов является итогом действий данных факторов:

Во-первых, семьи мигранты приезжают в новую страну, где другие традиции и обычаи им приходится привыкать к новому ритму жизни, не привычному для них.

Во-вторых, на новом месте пребывания у семей мигрантов, мало знакомых и близких людей, нет социальных связей, которые могли бы способствовать быстрой адаптации. Ограничение в связях, препятствует решению проблем и жизненных потребностей. Очень важно, уметь приспосабливаться к новому социуму и обладать коммуникативными качествами.

В-третьих, социальный статус в новой стране у семей мигрантов понижается. Возникают трудности с устройством на работу, так как мало шансов, что получится устроиться на высокооплачиваемую специальность,

первое время придется работать и получать зарплату размером, как минимальным прожиточный минимум.

В-четвертых, семьи мигранты сталкиваются с огромным количеством документов, которые нужно заполнить, а если иностранные семьи не владеют русским языком и у них низкий уровень грамотности, то возникают сложности и проблемы.

В-пятых, в наше время в страну приезжает много семей мигрантов, разных этносов, данный прирост населения вызывает у общества отрицательный настрой к мигрантам и это приводит к социальной напряженности в социуме.

Современному обществу, сложно впустить в свой круг, приезжих мигрантов, они стараются меньше с ними общаться и не хотят идти на диалог, это может быть связано с тем, что возникает языковой барьер и люди не хотят впускать в свою жизнь чужих им людей.

Мы, выделяем, три вида адаптации семей в России:

1. Адаптация к социально-демографической среде – мигранты, стараются найти новые знакомства, для того, чтобы рядом был человек, который поможет освоиться на новом месте.

Семье будет легче адаптироваться, если рядом окажутся родные люди, друзья, знакомые, которые смогут оказать помощь в первое время. Так же к этому виду адаптации можно отнести адаптацию детей в саду, школе, вузе.

2. Второй вид адаптации семей возникает при миграции из села в город. Данным мигрантом, придется привыкать к новому темпу и образу жизни, а так же к быту и работе.

3. Третий вид, это когда во время миграции полностью меняется географические и климатические условия. Семья, которая прожила все время в степи, не сразу сможет привыкнуть к лесу и чистому воздуху или же семья из теплых стран мигрировала в Сибирь, здесь они столкнутся с разной температурой воздуха, в любом новом месте будет происходить акклиматизация.

У семей мигрантов, процесс социализации играет важную роль в развитии личности, так как социальный статус не совпадает с тем статусом, который был у них раньше. Семья не только должна приспособиться к новой социальной среде, но и сохранить свою этническую идентичность.

Повысить социализацию у детей-мигрантов, можно через ликвидацию языкового барьера и организацию психолого-педагогического сопровождения, а также при приобщении к истории и ценностям российского общества.

Процесс адаптации семей с детьми, вынужденных мигрантов к новым социокультурным условиям осуществляется через экономические, социокультурные, психологические изменения.

Проблема семей мигрантов с детьми связана с тем, что дети переживают кризисные ситуации, а это может вызвать в будущем отклонения в поведение, ухудшить взаимоотношения в семье.

Рассмотрим, три типа детей-мигрантов:

1. Русские дети, которые мигрировали вместе с семьей из горячих точек.

2. Дети других национальностей, но отлично владеющие русским языком.

3. Дети других национальностей, не владеющие русским языком.

Для работы с детьми мигрантами, необходимо найти особый подход, так как, они находятся в стрессе, и у них происходит адаптационный период, ведь у каждого ребенка свои представления и взгляды на социум, и пребывание в новой стране.

Нужно провести мониторинг по изучению социально-психологических проблем у детей мигрантов, изучить и овладеть технологией изучения особенностей менталитета детей, а так же выявить психологические и психофизиологические отклонения у детей мигрантов.

Специалисты по социальной работе, считают, что степень адаптационных возможностей у детей-мигрантов можно определить через индивидуально-личностные особенности, знание языка, культуры, и условий жизни.

Для успешной социокультурной адаптации детей мигрантов, образовательные учреждения, должны быть готовы к тому, что дети, окажутся, не общительными, замкнутыми, закрытыми в себе и смогут проявить агрессию к окружающим людям и социуму.

Когда у детей начнет происходить адаптация, преподаватели, психологи, специалисты по социальной работе, должны снять шок у детей, найти подход и адаптировать детей-мигрантов к новым условиям жизни, социальному окружению и образованию.

Приезжая в новую страну, семьи мигранты, сталкиваются с социальными проблемами, такими как:

1. Оформление документов.

2. Проблема трудоустройства.

3. Проблема с жильем.

4. Устройство детей в школу и детский сад.

5. Социально-культурная и психологическая адаптация и т. д.

В процессе преодоления данных проблем, возможна помощь со стороны миграционной политики государства, а так же специалистов по социальной работе, педагогов, психологов, знакомых.

В отделах УФМС предоставляются следующие виды помощи семьям мигрантам [1]:

1. Оформление и выдача приглашений на въезд в Российскую Федерацию иностранных граждан и лиц без гражданства.

2. Выдача иностранным гражданам и лицам без гражданства разрешения на РВП и ПМЖ.

3. Оформление, выдача и замена свидетельства участника.

4. Государственной программы по оказанию содействия добровольному переселению в Российскую Федерацию соотечественников, проживающих за рубежом.

5. Выдача разрешений на работу иностранным гражданам и лицам без гражданства и т. д.

УФМС, помогает семьям-мигрантам с оформлением документов, это очень долгая и кропотливая работа.

Не получив определенные документы, которые нужны для проживания на территории России, семьи-мигранты, буду испытывать стресс и процесс адаптации и будущей социализации будет невозможен. Миграционная служба, играет первостепенную роль в жизни мигрантов.

Специалисты по социальной работе с семьями мигрантов выделяют два аспекта, практическую социальную работу и организационную работу [2]:

1. Социальное направление – выявляет людей, которые нуждаются в социальной помощи, и обнаруживает из числа мигрантов семьи с девиантным поведением.

2. Правовое направление – взаимодействует с судебными и правоохранительными органами, а так же оповещает семей мигрантов информацией о правах и обязанностях в России.

3. Медико-социальное направление – рассказывают семьям мигрантам, как получить страховые медицинские полисы, проводят консультирование и помогают в проведение медобследования.

4. Информационное направление – собирает данные о мигрантах и прилагает все усилия, чтобы оповестить достоверную информацию о миграции в СМИ.

5. Социально-педагогическое направление – помогает семьям мигрантам социально адаптироваться, взаимодействует с органами образования и правоохранительными органами, способствует профессиональной ориентации детей.

6. Психологическое направление – семьям мигрантам нужна психологическая поддержка в социальной адаптации, семьи, детям требуется психологическая диагностика.

Благодаря, работе специалистов по социальной работе, по данным направлениям, семьи-мигранты, могут рассчитывать на социальную и психологическую помощь, оказание медицинских услуг и профилактик, так же на помощь от правоохранительных органов.

Иностранцам семьям, которые постоянно и временно проживают в России, на законных основаниях полагаются, социальные пособия, при соблюдении одной из законодательной нормы, таких как работа по трудовому договору, страхование или когда мигранты перечисляют работодателям налоги.

Для семей мигрантов, прибывающих без РВП и ВНЖ, положено лишь пособие по временной нетрудоспособности и в связи с материнством, и то

если данные мигранты оформлены официально и за них выплачивали взносы в ФСС в течение полугода. Семьи, имеющие статус беженца, могут обратиться за выплатой практически всех пособий, так же им полагается еще и специальная материальная помощь.

Активно работают организации, оказывающие помощь семьям мигрантам, у которых возникают трудности по пребыванию в России. Отдельно в каждом регионе, городе существуют свои организации, которые помогают адаптироваться семьям мигрантам.

Например, в городе Нижнем Тагиле, работает центр культурно-речевой адаптации семей мигрантов «Этнодом», ООО «Центр подготовки и тестирования по русскому языку как иностранному «Всеобуч» [3], семейный клуб «Семья + школа» и т.д. Работа данных организаций и клубов, направлена на социализацию семей мигрантов.

В ходе исследования, было выявлено, что одной из образовательных организаций, которая столкнулась с увеличением численности детей-мигрантов, стала школа № 72 г. Нижний Тагил Свердловской области. Рассматривая состав учащихся школы № 72 г. Нижний Тагил, отметим, что общее количество учеников школы возросло. При этом увеличение численности учеников было связано с приемом в школу детей из семей мигрантов. Изменился национальный состав учащихся, в котором стали преобладать иноязычные учащиеся. В численном составе учащихся на настоящий момент 64% – это дети семей-мигрантов. Среди них есть представители десяти национальных групп.

В январе-феврале 2021 г. в данной образовательной организации было проведено социологическое исследование, которое позволило выявить возможности и проблемы социокультурной адаптации и эмоционально-комфортного развития учащихся из семей-мигрантов, а также проблемы, с которыми сталкиваются педагоги, участвующие в образовательном процессе детей мигрантов.

Для решения задач указанного исследования были выбраны следующие методы опроса: интервью с руководством образовательной организации (заместителями директора школы), интервью с учителями школы, анкетный опрос учащихся из семей мигрантов.

Анализ результатов интервьюирования позволяет сделать ряд выводов.

Учителя школы в целом выделили следующие проблемы, с которыми сталкиваются дети из семей мигрантов: слабое владение русским языком, которое влечет непонимание материала и учителей, языковой барьер при попытке общения, отсутствие полноты общения в русскоговорящей среде, низкий уровень знания истории и культуры России снижает самооценку ребят.

Часто ученики не чувствуют никакой поддержки со стороны родителей, предоставлены сами себе, конфликты и возникающие драки, эмоциональная озлобленность.

Анкетирование было проведено с учащимися 3-9 классов, пребывавших на территорию России 1 или 2 года назад. В анкетном опросе участвовало 80 школьников. Анкетный опрос подтверждает, что работа по стабилизации эмоционального состояния и адаптации к иноязычной среде в школе ведется.

Дети мигрантов достаточно коммуникабельные и активно принимают участие в разговорах с одноклассниками. Большинство учеников (68%) первого и второго года пребывания в стране общаются со всеми одноклассниками, однако есть и такие учащиеся, круг общения которых ограничен выходцами из своей страны. Эти ученики требуют особого внимания педагогов и одноклассников.

У 45% опрошенных учеников возникли трудности с изучением русского языка, 55% свободно владеют русским языком. Педагогам необходимо, обращать внимание на учеников, у которых возникают трудности при изучении русского языка.

Респонденты считают, что всем ученикам уделяется достаточно внимания со стороны учителей (92% учащихся первого и второго года пребывания). Не удовлетворены общением 8% опрошенных, в основном, второго года пребывания в стране и обучения в данной школе.

Стратегии адаптации учащихся характеризует их представление о своем будущем, ориентация на проживание в России, получение российского образования.

Проведенное исследование проблем социальной адаптации несовершеннолетних мигрантов на примере школы № 72 г. Нижний Тагил позволяет сделать выводы:

1. Совместными усилиями учителей, администрации школы, учащихся принимающего сообщества, в школе достигнут достаточно высокий уровень толерантности к менталитету и традициям прибывших учащихся-мигрантов.

2. В школе разрабатываются социокультурные проекты, в которых учащиеся-мигранты и их родители начинают принимать все более активное участие. Выявлена необходимость разработки программы «Мир без границ» с целью успешной адаптации и социально-комфортных условий развития несовершеннолетних мигрантов.

3. Привлечение специалистов по социальной работе из Центра культурно-речевой адаптации семей мигрантов «Этнодом» к проведению внеклассных мероприятий, направленных на адаптацию к иноязычной среде учащихся школы будет способствовать повышению эффективности проводимой работы в этом направлении в школе.

Когда семьи мигранты, смогут в России, успешно проходить процесс адаптации, то тогда у них улучшится формирование полноценной функционирующей личности. Искоренятся изменения, которые происходят в функционирующей личности. Мигранты, не будут сталкиваться с пробле-

мами, легко смогут социализироваться в новом обществе и, следовательно, у них сформируется полноценная личность.

Список литературы

1. Отдел по вопросам миграции МУ МВД России «Нижнетагильское». – URL: <https://clck.ru/TMhrN>. – Текст : электронный.
2. Официальный сайт НРБО «Центр помощи мигрантам». – URL: <https://vseobych.com/services/education>. – Текст : электронный.
3. Официальный сайт ООО «Центр подготовки и тестирования по русскому языку как иностранному «Всеобуч». – URL: <https://clck.ru/TMj2U>. – Текст : электронный.

Рупасова Яна Евгеньевна,

старший преподаватель, Институт общественных наук, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, г. Москва, Россия

ПРОБЛЕМА ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО ВЫБОРА СТУДЕНТОВ БАКАЛАВРИАТА В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Аннотация. В статье рассмотрена проблема экзистенциального выбора студентов бакалавриата в процессе профессиональной подготовки. Обозначена ценность инновационной деятельности как результат экзистенциального выбора и основа человеческого капитала будущего профессионала. Обоснована важность формирования готовности студентов бакалавриата к инновационной деятельности в условиях наступившей эры креативной экономики. Показана особая роль социальных медиа в образовательном процессе и их воспитательные возможности.

Ключевые слова: экзистенциальный подход; инновационная деятельность; студенты; бакалавриат; педагогические инновации; информационные технологии; информационная образовательная среда; информатизация образования; образовательный процесс.

Rupasova Yana Evgenyevna,

Senior Lecturer, Institute of Social Sciences, Russian Academy of National Economy and Public Administration under the President of the Russian Federation, Moscow, Russia

THE PROBLEM OF THE EXISTENTIAL CHOICE OF UNDEGRADUATE STUDENTS IN TERMS OF DIGITALIZATION OF EDUCATIONAL PROCESS

Abstract. The article deals with the problem of existential choice of bachelor's degree students in the process of learning. The value of innovative activities as the potential result of this existential choice is highlighted as well as its capacity to form the basis of human assets of a prospective specialist. The significance of forming the readiness of undergraduate students to innovative activities is grounded in the era of creative economy. The critical role of social media is revealed as well as its educating capacities.

Keywords: existential approach; innovative activity; students; bachelor's degree; pedagogical innovation; Information Technology; information educational environment; informatization of education; educational process.

Прогноз социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2036 г., утвержденный Министерством экономического развития РФ, делает акцент на ожидаемой в ближайшем будущем более высокой производительности труда, обусловленной технологической модернизацией, цифровизацией экономических процессов, использовании инновационных технологий, а также повышении эффективности бизнес-процессов. В документе отмечается важная роль донстройки системы образования [1]. Это означает, что образование, особенно высшее профес-

сиональное образование, будет играть ключевую роль на этапе перехода российской экономики в креативную стадию цифровой экономики.

Под креативной экономикой А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков понимают момент, когда специалист вытесняется из непосредственных производственных процессов, но не уходит из цифровой экономики. Он занимает ее особый сектор – креативной экономической деятельности. Для нее характерны большая степень неопределенности, изменчивости, сложности возникающих задач, постоянная растущая необходимость в генерации новых знаний, системное проектирование, ведущая роль технологий и открытий в различных областях деятельности [2, с. 3].

Обществу необходимы специалисты, настроенные на новое отношение к работе. Традиционное понимание трудовой деятельности как реализация возможности заработать средства для поддержания жизни сменяется концептуально иным ценностным пониманием – способностью воспринимать работу как пространство собственного развития, как форму реализации своего предназначения, как поиск смысла своего существования в мире.

Ключевая проблема здесь, как мы полагаем, проблема экзистенциального выбора будущих специалистов, который им надлежит сделать еще на этапе профессиональной подготовки. По какому пути идти в дальнейшем в ходе своей профессиональной карьеры – по пути наращивания человеческого капитала, то есть формироваться, реализовываться и развиваться в различных видах активности, творчества или ограничиться воспроизведением рутинных компонентов деятельности, наработанных штампов и клише.

Из анализа анкетирования, проведенного среди преподавателей Института общественных наук, РАНХИГС (г. Москва), в котором приняли участие более 100 сотрудников за период 2019–2021 гг., более 83% преподавателей отмечают объективную необходимость более системного формирования готовности студентов бакалавриата к инновационной деятельности, задействуя при этом инновационный потенциал вуза, опираясь на концепцию цифровой трансформации образования.

Напомним, что суть цифровой трансформации образования – достижение каждым обучаемым необходимых образовательных результатов за счет персонализации образовательного процесса на основе задействования растущего потенциала цифровых технологий, включая применение методов искусственного интеллекта и средств виртуальной реальности [3, с. 36].

Вопросам инновационных процессов в обществе и образовании занимались исследователи разных направлений. А. Адамс, Г. И. Герасимов, Л. С. Подымова обозначали различные подходы к определению понятий «инновация», «инновационный процесс», «инновационная деятельность». А. Пэвит, У. Уолкер выделяют семь типов инноваций в зависимости от степени использования в них научных знаний и широты применения. А. И. Пригожин предлагает классификацию инноваций по распространенности, по преемственности, по инновационному потенциалу, по охвату

ожидаемой роли рынка [4, с. 270-275]. В отечественной практике инновацию, как правило, рассматривают как конечный результат инновационной деятельности, в зарубежной – как деятельность, процесс изменений. Определяя понятие «инновационная деятельность», Н. И. Лапин делает акцент на ее саморазвитии и выделении ее методологического статуса как метадеятельности [5, с. 44]. Н. Г. Пьянкова, дополняя определение Н. И. Лапина, выделяет в нем дополнительный личностный аспект. С этой точки зрения инновационная деятельность – это метадеятельность, направленная на преобразование рутинных компонентов других видов деятельности, а также иницилирующая совершенствование личностного ресурса, обеспечивающую свободу его интеллектуальной самореализации в условиях изменяющейся социальной реальности [6, с. 135].

Данное определение, а также новое значение трудовой деятельности в условиях креативной экономики, обозначенное выше, исчерпывающе отражают экзистенциальный подход к процессу формирования готовности студентов бакалавриата к инновационной деятельности. Один из авторов экзистенциального подхода в педагогике М. И. Рожков определяет его суть как формирование человека, умеющего прожить жизнь на основе сделанного им экзистенциального выбора, осознающего смысл жизни и реализующего себя в соответствии с этим выбором [7, с. 36]. Нам особо ценен в концепции М. И. Рожкова аспект о том, что формирование человека исходит из его понимания свободы, но свободным человеком можно стать только тогда, когда ты участвуешь в определении перспектив деятельности своего сообщества, равно как и в его преобразовании [8, с. 11].

В условиях цифровизации образования у педагога высшей школы имеется в арсенале намного больше методических средств педагогической поддержки экзистенциального выбора. Ориентируясь на индивидуальные интересы и предпочтения студентов, на содержание инновационных курсов основной специализации (major) и дополнительного профиля обучения (minor), преподаватели Института общественных наук РАНХиГС (г. Москва) используют материалы социальных медиа, представленных на интернет-платформах. Социальные медиа с точки зрения применения в педагогике – это, на наш взгляд, своего рода реконцептуализация педагогических инструментов, детерминированная реалиями виртуальной реальности. Социальные медиа – это привычная для студентов среда, это яркий аудиовизуальный контент и средство интенсивного обучения, позволяющее усваивать информацию эффективно и асинхронно (когда удобно). Верифицированный контент социальных медиа – это кладезь инновационных идей для молодого поколения, основа для научно-исследовательских работ и междисциплинарных проектов. Например, в ходе такой дисциплины как «Иностранный язык», в его разновидности «Английский язык для специальных целей» (ESP), студенты 3-го курса факультета Liberal Arts направления подготовки 41.03.06 «Публичная политика и социальные науки», изучая тему

«Инновации», знакомятся с материалами Всемирного экономического форума (г. Давос, Швейцария), имеющего свой официальный аккаунт на интернет-платформе, а именно в приложении с элементами социальной сети Instagram. Студенты бакалавриата обсуждают перспективность распространения энергосберегающих технологий, возможности 3D-технологий в строительстве и медицине, использования электромобилей и летающих электромобилей в частности, а также применения солнечной энергии или воздуха для производства чистой воды. Вопросы, связанные с роботизацией в промышленности и сельском хозяйстве, с использованием скоростных дронов для отслеживания редких популяций животных, строительства теплиц – ферм, функционирующих круглый год, не загрязняющих почву и водоемы, вызывают большой интерес среди студентов бакалавриата и направляют внимание студентов на инновационную деятельность. Более конкретные разработки, касающиеся технологии опылений растений при помощи мыльных пузырей, проектирования яхт для сбора мусора в океане, технологии отслеживания цикла продуктов для оптимизации циркулярной экономики, целью которой является максимизация ценности продукта и минимизация его отходов, вызывают аудиторные дискуссии, инициируют активность студентов, удерживают внимание и интерес, способствуют развитию критического мышления, аналитических способностей, коммуникативных навыков. На занятии по «Креативному менеджменту» (майнор «Методы проектирования и управления проектами») студенты могут ознакомиться с официальными материалами компании IKEA, представленными на Интернет-платформе службы обмена данными YouTube, демонстрирующими инновационные способы продаж, – second-hand, лизинг, обратный выкуп, новейшие разработки по облегченной сборке мебели, предполагающей ее дальнейшее многократное использование в целях уменьшения отходов и снижения углеродных выбросов и так далее.

Использовать такой материал в качестве средства обучения еще 10 лет назад не представлялось возможным. Сегодня преподавателям необходимо научиться использовать преимущества виртуальной среды, отвечая ходу времени, условиям цифровизации образования и креативной экономики, а также индивидуальным запросам студентов, все больше отдающим предпочтения аудио-визуальному контенту, «клиповости» восприятия учебного материала. Мы полагаем, что социальные медиа как средства обучения создают благоприятные условия для определения собственной траектории саморазвития на основе сделанного студентами социального и экзистенциального выбора. Такой выбор может быть осуществлен и в сторону ценности инновационной деятельности.

Таким образом, в качестве определяющего фактора саморазвития выступает экзистенциальный выбор студента, который неотделим от цели будущей деятельности, которая одновременно является и определенным образовательным результатом. Инновационная деятельность «зашифрова-

на» во многих компетенциях и видах деятельности, предусмотренных ФГОС ВО, таких как «информационно-маркетинговая деятельность», «проектная деятельность» и так далее. Следовательно, готовность студентов бакалавриата к инновационной деятельности в контексте экзистенциального подхода является одной из приоритетных задач в процессе профессиональной подготовки в современном вузе.

Список литературы

1. Прогноз социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2036 года : утвержден Март, 2013 г. – URL: <https://www.economy.gov.ru/material/file/a5f3add5deab665b344b47a8786dc902/prognoz2036.pdf> (дата обращения: 06.03.2021). – Текст : электронный.
2. Данилюк, А. Я. Концепция базовой модели компетенции цифровой экономики / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков. – М. : Российский ун-т дружбы народов, 2018.
3. Проблемы и перспективы цифровой трансформации образования в России и Китае. II Российско-китайская конференция исследователей образования «Цифровая трансформация образования и искусственный интеллект». Москва, Россия, 26-27 сентября 2019 г. / А. Ю. Уваров, С. Ван, Ц. Кан [и др.] ; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». – М. : Изд. Дом Высшей школы экономики, 2019. – 155 с.
4. Пригожин, А. И. Нововведения: стимулы и препятствия. Социальные проблемы инноватики / А. И. Пригожин. – М. : Просвещение, 1989. – 180 с.
5. Лапин, Н. И. Теория и практика инноватики : учеб. пособие для вузов / Н. И. Лапин. – 2-е изд. – М. : Логос, 2010. – 210 с.
6. Пьянкова, Н. Г. К вопросу о мотивации инновационной деятельности / Н. Г. Пьянкова // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокенетика. – 2005. – № 2. – С. 135-138.
7. Рожков, М. И. Экзистенциальный подход к организации воспитательного процесса / М. И. Рожков // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – 2005. – № 3. – С. 35-38.
8. Рожков, М. И. Свобода и воспитание / М. И. Рожков // Ярославский педагогический вестник. – 2016. – № 4. – С. 8-12.

Воробьева Ольга Михайловна,

психолог, Рузаевский ЛО МВД России на транспорте, г. Саранск, Россия

ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ

Аннотация. В статье представлена часть результатов исследования технологии развития психологической безопасности сотрудников полиции, проведенного на базе Рузаевского ЛО МВД России на транспорте. Охарактеризовано понятие психологической безопасности сотрудников полиции, выявлены особенности ее развития психолого-педагогическими средствами профилактики синдрома эмоционального выгорания.

Ключевые слова: психологическая безопасность; эмоциональное выгорание; факторная структура; полицейские; органы внутренних дел; профессиональная деятельность; сотрудники полиции; профессиональный отбор; психологический отбор.

Vorobyova Olga Mikhailovna,

Psychologist, Ruzaevsky LO of the Ministry of Internal Affairs of Russia on transport, Saransk, Russia

THE PROBLEM OF DEVELOPING THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF POLICE OFFICERS

Abstract. The article presents part of the results of a study of the technology of development of psychological security of police officers, conducted on the basis of the Ruzaevsky Law Enforcement Department of the Ministry of Internal Affairs of Russia on transport. The concept of psychological safety of police officers is characterized, the features of its development by psychological and pedagogical means of prevention of emotional burnout syndrome are revealed.

Keywords: psychological safety; emotional burnout; factor structure; police officers; internal affairs bodies; professional activity; police officers; professional selection; psychological selection.

Специфика деятельность сотрудников полиции в современном мире предъявляет повышенные требования к их личностным качествам. Участилсь случаи неадекватного, порой даже агрессивного, поведения представителей правоохранительных органов при выполнении своих служебных обязанностей, что естественно обусловлено высокой степенью влияния негативных факторов служебной деятельности, которые приводят к их профессиональной деформации. Сохранение психологического благополучия сотрудников выступает одним из приоритетных направлений в морально-психологическом обеспечении оперативно-служебной деятельности.

Последние десятилетия отмечаются усиленным вниманием к изучению психолого-педагогических аспектов служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел, затрагивающих проблемы профессиональной деформации, профилактики стресса, профессионального психологиче-

ского отбора, выгорания, адаптации к службе, формирования профессионально важных качеств сотрудников, профессиональной психологической подготовки в экстремальных условиях и др. Много внимания уделяется личной безопасности сотрудников полиции, при этом остается малоизученной проблема развития их психологической безопасности.

Проблемы психологической безопасности сотрудников полиции затрагивают в своих работах Р. В. Гоннов [1], М. Г. Рябова [2], Ю. О. Напалкова [3].

Так, по мнению М. Г. Рябой значимые факторами, обеспечивающими психологическую безопасность сотрудников полиции, выступают их способности к саморегуляции и регуляции отношений со средой при неблагоприятных психических состояниях, конкретизируемых в развитом самоконтроле поведения; стрессоустойчивости; наличии смысложизненных ориентаций и четких жизненных целей [2].

В основном психологическая безопасность сотрудника полиции в науке рассматривается фрагментарно, в контексте других психолого-педагогических проблем служебной деятельности.

Одной из задач проведенной реформы МВД России стало создание высокопрофессиональной, компетентной, авторитетной и пользующейся доверием граждан службы органов внутренних дел. В таких условиях одним из основных направлений психологической работы в органах внутренних дел выступает обеспечение психологической безопасности личного состава, способствующей сохранению стабильности личности самого сотрудника полиции и психологического благополучия субъектов его профессиональной деятельности.

В ходе нашего исследования мы определили психологическую безопасность сотрудников полиции как многоаспектное и многогранное понятие, которое может быть рассмотрено в качестве устойчивого состояния защищенности, уверенности в собственной готовности распознавать психологические угрозы объективного и субъективного характера, подбирать и реализовывать конструктивные способы их отреагирования, которое обусловлено индивидуально-личностными особенностями и обеспечивает сохранение эффективности служебной деятельности.

Высокая экстремальность профессиональной деятельности сотрудников полиции обуславливает приоритетное значение сохранения эмоциональной устойчивости в контексте развития их психологической безопасности.

А. Ю. Федотов [4, с. 16], говорит о постоянном влиянии на «чувственные струны человеческой психики» таких особенностей служебной деятельности, как отсутствие комфортных условий труда, жизненные лишения и ограничения, строгая иерархичность и давление руководства, вовлеченность в чужие страдания и необходимость преодоления себя, осознанность реальных угроз для собственной жизни и готовность к применению оружия.

Анализ существующих исследований психологических особенностей служебной деятельности и личности сотрудников полиции позволяет выделить синдром эмоционального выгорания как один из наиболее часто встречаемых вариантов их профессиональной деформации. При этом не каждый сотрудник полиции «эмоционально выгорает», попадая под воздействия неблагоприятных факторов служебной деятельности, что объясняется социально-психологической и личностной обусловленностью данного феномена и подтверждает необходимость углубленного изучения личных и деловых качеств сотрудников полиции как ресурсов обеспечения их психологической безопасности.

Эмоциональное выгорание сотрудников полиции является результатом многоаспектного взаимодействия индивидуально-личностных особенностей, неблагоприятных факторов служебной деятельности и отношений в профессиональной среде.

Развитие психологической безопасности базируется на личностных ресурсах сотрудников, т. е. эмпирически измеряемых свойствах личности, степень выраженности которых влияет на развитие психологической безопасности сотрудников полиции.

В нашем исследовании была предпринята попытка исследования развития психологической безопасности сотрудников полиции посредством психолого-педагогической профилактики эмоционального выгорания. Экспериментальная работа проводилась в три этапа, на первом из которых были получены данные об особенностях сформированности синдрома эмоционального выгорания сотрудников полиции и их зависимости от индивидуально-психологических особенностей сотрудников, выявленных в ходе профессионального психологического отбора, а также стажа их служебной деятельности.

Показатели эмоционального выгорания по данным констатирующего этапа представлены на рисунке 1.

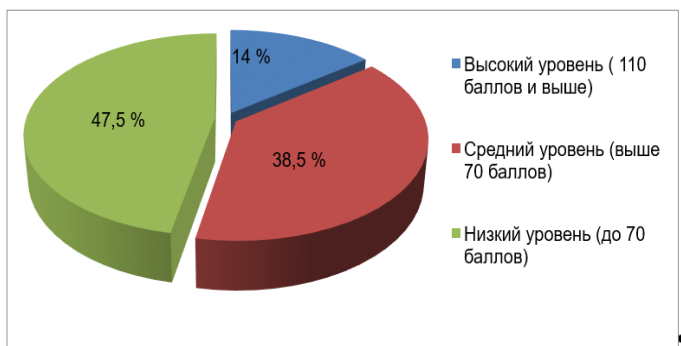


Рис. 1. Количественные данные эмпирического исследования синдрома эмоционального выгорания

Результаты констатирующего эксперимента показали, что относительно высокие количественные показатели синдрома эмоционального выгорания получили 28 респондентов, что составляет 14% от числа всей выборки; у 77 обследованных (38,5%) обнаружен средний уровень эмоционального выгорания; у 95 (47,5%) – сравнительно низкий уровень.

Детальный анализ результатов показал, что среди респондентов, у которых выявлен высокий уровень синдрома эмоционального выгорания, 54% имеют стаж служебной деятельности свыше пяти лет. Среди респондентов с уровнем эмоционального выгорания выше среднего таких сотрудников 36%. Из числа сотрудников с невысоким уровнем синдрома эмоционального выгорания только 5% имеют стаж служебной деятельности свыше пяти лет.

Очевидно, что все сотрудники одинаково находятся под воздействием неблагоприятных факторов служебной деятельности, но при этом лишь у некоторых из них возникает синдром эмоционального выгорания. Таким образом, его развитие опосредованно индивидуально-личностными особенностями сотрудников. Работа по психолого-педагогической профилактике в органах внутренних дел чаще всего носит обобщённый характер, поэтому не всегда позволяет достичь желаемого результата. Для детальной проработки основных направлений в профилактике эмоционального выгорания и выявления первоначальных личных и деловых качества сотрудников, влияющих на развитие данного синдрома, был проведен его факторный анализ с использованием программы IBM SPSS Statistics 22.

Для определения связи индивидуально-психологических особенностей и уровня эмоционального выгорания, нами были отобраны материалы профессионального психологического отбора тех сотрудников полиции, у которых выявлен высокий уровень эмоционального выгорания (28 сотрудников).

Применение статистических методов обработки полученных данных позволил определить факторную структуру высокого уровня эмоционального выгорания сотрудников полиции, включающую в себя: эмоциональную устойчивость и волевой контроль поведения; внутреннюю организованность и зрелость личности; правосознание и интеллект, которая представлена на рисунке.

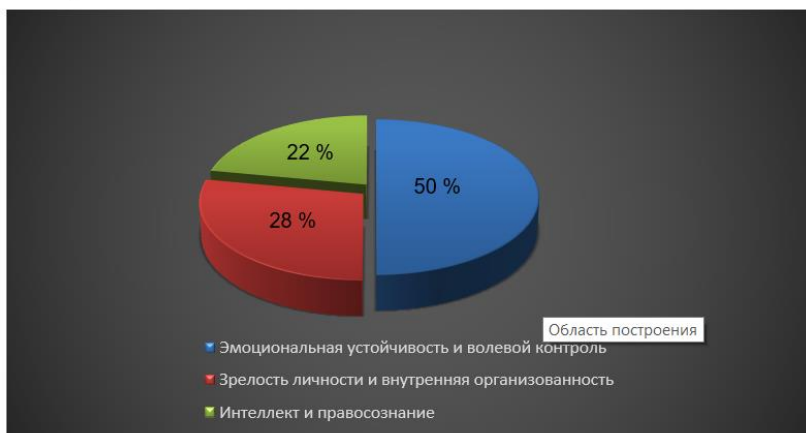


Рис. 2. Факторная структура формирования эмоционального выгорания сотрудников полиции

Таким образом, установлено, что вероятность развития синдрома эмоционального выгорания сотрудников полиции повышается в зависимости от снижения уровня их эмоциональной устойчивости, способности сохранять работоспособность в условиях влияния негативных факторов служебной деятельности, способности к контролю своими эмоциями и поведением. Также развитию данного синдрома способствует недостаточная способность к планированию и реализации жизненных целей; неустойчивая система ценностей, взглядов и убеждений; пониженная самокритичность, неуверенность в себе, несамостоятельность и тенденция к избеганию ответственности. Чуть в меньшей степени развитию синдрома эмоционального выгорания способствует сниженный уровень интеллектуального развития и правосознания. Выявление данной структуры имеет теоретическую и практическую значимость, поскольку позволяет определить личные и деловые качества сотрудников полиции, уровень развития которых оказывает влияние на развитие у них синдрома эмоционального выгорания, и учитывать их при построении программы профилактики данного синдрома.

Определение данной факторной структуры позволило разработать адресную программу развития психологической безопасности сотрудников полиции психолого-педагогическими средствами профилактики эмоционального выгорания. В ходе реализации указанной программы, были выделены основные психолого-педагогические условия эффективности развития психологической безопасности сотрудников полиции посредством профилактики эмоционального выгорания, а именно: диагностических (ежегодный мониторинг эмоционального выгорания сотрудников полиции; учет уровня развития отдельных личных и деловых качеств сотрудников, выявленных в процессе профессионального психологического отбора; учет стажа служеб-

ной деятельности сотрудников полиции); профилактических (направленность профилактических мероприятий на повышение эмоциональной устойчивости и волевого контроля поведения; формирование представлений о психологической безопасности и рисках ее нарушения); организационно-профилактических (практико-ориентированный подход к организации профессиональной психологической подготовки личного состава; адресность профилактической работы, учет особых условий служебной деятельности отдельных сотрудников).

Данные контрольного этапа исследования подтвердили статистически значимые различия в показателях уровня развития эмоционального выгорания сотрудников контрольной и экспериментальной групп. У сотрудников экспериментальной группы было отмечено снижение уровня эмоционального выгорания, что свидетельствует об эффективности предложенной нами программы развития психологической безопасности сотрудников полиции.

Выполненное нами исследование проблемы развития психологической безопасности сотрудников полиции психолого-педагогическими средствами профилактики эмоционального выгорания способствует решению научных задач, связанных с повышением эффективности психологического сопровождения оперативно-служебной деятельности в органах внутренних дел, профилактики нарушений психологического благополучия личного состава. Выявленные особенности профилактики синдрома эмоционального выгорания, базирующейся на его факторной структуре позволяют конкретизировать цели, задачи, направленность профилактической работы, тем самым способствуя повышению ее результативности.

В то же время, результаты исследования не являются исчерпывающими в контексте изучения данной проблематики и подтверждают необходимость углубленного и многостороннего изучения проблемы психологической безопасности сотрудников полиции на современном этапе развития нашего общества.

Список литературы

1. Гоннов, Р. В. Психологическое сопровождение сотрудника полиции, как элемент личной безопасности при наступлении чрезвычайных обстоятельств / Р. В. Гоннов // Актуальные проблемы науки: от теории к практике : материалы II Всероссийской научно-практической конференции. – М. : Российский государственный социальный университет, 2015. – С. 202-205.
2. Рябова, М. Г. Факторы психологической безопасности личности в экстремальных ситуациях / М. Г. Рябова // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2016. – Т. 26, № 4. – С. 94-99.
3. Напалкова, Ю. О. Эмоциональная культура сотрудников полиции как одно из условий их психологической безопасности / Ю. О. Напалкова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2013. – № 1. – С. 143-146.

4. Эмоциональные состояния, негативно влияющие на профессиональную деятельность сотрудников органов внутренних дел, и их преодоление : учебно-методическое пособие / А. Ю. Федотов, И. Н. Медведев. – 2-е изд. – М. : ДГСК России, 2014. – 120 с.

Панькова Анна Михайловна,

кандидат психологических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ПОТРЕБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ КОРОНАВИРУСНОЙ ПАНДЕМИИ

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования, проведенного на выборке 60 человек в начальный период пандемии COVID-19. С помощью контент-анализа выявлено, описано содержание и соотношение различных групп потребностей людей. Показана взаимосвязь потребностей и демографических, социально-психологических факторов.

Ключевые слова: психологическое здоровье; пандемия; коронавирус; эпидемии; критические ситуации; потребности человека; контент-анализ.

Pan'kova Anna Mikhailovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

HUMAN NEEDS IN THE CONDITIONS OF THE CORONAVIRUS PANDEMIC

Abstract. The article presents the results of an empirical study conducted on a sample of 60 people in the initial period of the COVID-19 pandemic. With the help of content analysis, the content and correlation of various groups of people's needs are revealed, described. The relationship between needs and demographic, socio-psychological factors is shown.

Keywords: psychological health; pandemic; coronavirus; epidemics; critical situations; human needs; content analysis.

Введение. Распространение новой коронавирусной инфекции стало главным вызовом для человечества в 2020 г. Пандемия затронула без исключения все сферы жизни, изменила физическое, психологическое, социальное, экономическое, финансовое состояние граждан и страны в целом. Пандемию и введенные меры по ее преодолению мы рассматриваем как критическую жизненную ситуацию (Ф. Е. Василюк), в которой люди столкнулись с комплексом негативных факторов (наличие витальной угрозы и информационного воздействия, ограничения социальных контактов и свободы передвижения, нарушение привычного режима жизнедеятельности, перевод на удаленный формат занятости, финансовые трудности и др.), провоцирующих возникновение стресса, фрустрации, кризиса. Как пишет Ф. Е. Василюк [2], критической для человека является ситуация невозможности реализовать внутренние необходимости своей жизни – потребности, мотивы, стремления, ценности.

Потребности определяются как «фундаментальное условие существования» субъекта [4]; объективная форма связи человека с миром, которая,

с одной стороны, свидетельствует о состоянии нужды в чем либо, что находится вне человека, с другой – отражает его активное начало [8; 9]. В данной работе под потребностями мы будем понимать динамические «требуемые взаимоотношения» между индивидом и миром, обеспечивающие оптимальное функционирование индивида [7, с. 103], «соответствующее одному из модусов жизнедеятельности объективное отношение между субъектом и миром, требующее для своей реализации активности субъекта в форме его деятельности» [5].

Цель данного исследования – описание эмпирически выявленного содержания потребностей людей в условиях пандемии COVID-19.

Организация эмпирического исследования. Эмпирическое исследование¹ проводилось в конце апреля 2020 г., когда в России был зафиксирован начальный этап распространения коронавирусной инфекции. К моменту сбора данных респонденты находились в ситуации вынужденной самоизоляции, введенной 30 марта 2020 г., более двух недель. В исследовании приняло участие 60 человек, из них 8 мужчин и 52 женщины в возрасте от 18 до 66 лет.

В качестве метода исследования потребностно-мотивационной сферы личности был использован метод актуализируемых мотивов (Дж. Ньютен, автор модифицированной версии Е. Е. Васюкова, 1998). Он представляет собой модифицированную версию метода завершения неоконченных предложений (метода мотивационной индукции) [7], который позволяет получить информацию о целях и проектах действия, а также об устойчивых потребностях субъекта, конкретизированных в этих целях [3].

Респондентам давалась следующая инструкция (на основе инструкции Е. Е. Васюковой, 1995): «Ниже на листе Вы найдете начала фраз, таких, например, как «Находясь в вынужденной самоизоляции я надеюсь...». Дополните, пожалуйста, неоконченные фразы, относя их смысл к самому себе, и запишите окончания фраз на бланках ответов (начала фраз переписывать не нужно). Это исследование не является «тестом»; всякий ответ, который Вы даете, всегда хорош, если только он выражает откровенно то, что Вы лично думаете. У Вас, может быть, возникнет впечатление, что некоторые начала фраз повторяются или очень похожи. Это дает Вам возможность выразить себя наиболее полно. Не вспоминая, что Вы писали ранее, пишите то, что Вы думаете при чтении каждого начала новой фразы». Для получения демографической, социально-психологической информации респондентам была предложена анкета, включающая следующие пункты: пол, возраст, семейное положение, наличие/отсутствие детей, трудовой статус и др.

Качественная и количественная обработка продолженных фраз испытуемых производилась с помощью контент-анализа. Контент-анализ (в пер. с англ. «содержание» и греч. «разложение, расчленение») является одним из

¹ В данной статье описаны результаты первого этапа эмпирического исследования.

методов изучения документов, зародившийся в 20-е гг., активно используется в различных психологических, социально-психологических исследованиях. Метод позволяет выявить скрытые тенденции и закономерности, допускает осуществление отсроченного во времени анализа событий и ситуаций, защищен от эффекта воздействия исследователя на поведение испытуемых [1]. Использование в качестве первичных данных предложений, фраз респондентов, которые они сами сформулировали дает возможность получить более валидную и содержательную психологическую информацию о потребностях человека, находящегося в уникальной для него ситуации.

На подготовительном этапе нами был разработан классификатор – перечень категорий анализа и соответствующие им индикаторы, а также определены единицы контент-анализа – законченные суждения, фразы респондентов. Первоначальное выделение категорий осуществлялось индуктивно-аналитическим способом, т. е. путем извлечения из текста схожих по смыслу единиц и их обобщение в классы с последующим присвоением описательных кодов. Эмпирические обобщения, к которым мы пришли на данном этапе содержательно соотносились с теорией мотивации А. Маслоу [6]. Последнюю, в конечном счете, мы и использовали в качестве основы концептуальной структуры. На следующем этапе осуществлялась регистрация присутствия категорий и подкатегорий в текстах испытуемых, а также подсчет частоты их встречаемости.

Перечислим категории контент-анализа ответов испытуемых.

1. Физиологические потребности: потребности в сне, пище, питье.
2. Потребности в безопасности: потребности в сохранении здоровья; безопасных и стабильных условиях жизни; защиты от нагрузок и стрессоров; понимании ситуации; свободном передвижении; потребность в адаптации к ситуации и совладании с трудностями.
3. Потребности в межличностных отношениях: потребность в общении; поддержании благоприятных отношений с членами семьи; оказании и получении поддержки; потребность в схожести взглядов.
4. Потребности в достижении и признании: потребности осуществлять рабочие, учебные, финансовые задачи; получать признание со стороны других людей, а также гордиться своими успехами; потребность в ощущении личностной компетентности.
5. Потребность в познании: потребность в получении новых знаний и опыта; приобретении новых умений.
6. Потребность в личностном росте: потребность в самопознании; саморазвитии и самосовершенствовании; актуализации своего потенциала; личностно-профессиональном росте.

Обсуждение результатов исследования. В результате количественного анализа данных мы получили процентное соотношение потребностей, имеющих значение для человека, находящегося в условиях пандемии и

вынужденной самоизоляции (рис. 1). Опишем каждую группу потребностей в порядке ее значимости для респондентов.

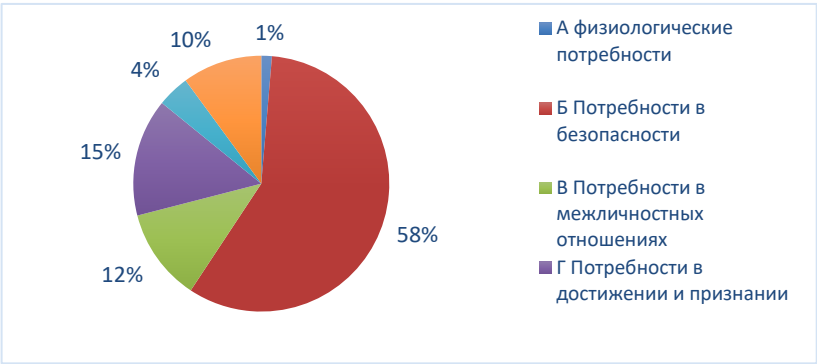


Рис. 1. Процентное соотношение потребностей респондентов

Обратимся к описанию группы **потребностей в безопасности**, которые оказались наиболее актуальными для респондентов (58% от общего числа ответов).

Пандемия COVID-19 внесла серьезные изменения в привычный уклад жизни многих людей, нарушила ощущение безопасности, предсказуемости и защищенности от глобальных стрессоров и угроз. В силу этого респонденты испытывали потребности в позитивных изменений **базовых условий жизни** (см. табл. 1): завершения режима самоизоляции и возвращения к привычной и безопасной жизни («я мечтаю о том, чтобы самоизоляция закончилась», «...чтобы было все, как раньше», «хочу гулять и не бояться заболеть/что оштрафуют»), надеются на скорейшую нормализацию ситуации в стране и мире («я ужасно хочу снова спокойную обстановку в стране», «...что все наладится»), а также хотят благоприятных погодных условий («хочу тепла») и возможности пользоваться благами, делать покупки, обеспечивающими больший комфорт («буду довольна если откроют санатории», «... куплю шторы»).

Вызванная распространением вируса угроза физическому и психологическому здоровью актуализировала **потребность в адаптации** к новой, нестандартной ситуации, поиску способов преодоления возникших трудностей.

Таблица 1

Категория	Количество ответов	Подкатегория	Количество ответов
Условия жизни	218	Общие благоприятные условия	15
		Возврат к привычной жизни	66
		Окончание самоизоляции	109

		Безопасность среды	5
		Погодные условия	13
		Возможность пользоваться привычными благами	10
Адаптация к ситуации и совладание с трудностями	240	Потребность в адаптации к ситуации	14
		Сохранение психологического ресурса	62
		Устранение негативных эмоциональных состояний	43
		Тонус	14
		Регуляция жизнедеятельности	33
		Физическая активность	39
		Поддержание качества жизни	14
		Упорядочивание пространства	12
		Извлечение ценного опыта	13
		Отказ от адаптации	10
Потребность в восстановлении сил	111	Хобби	16
		Отдых	52
		Досуг	17
		Уединение	26
Потребность в свободном передвижении	97	Свобода движения	58
		Выезд за пределы квартиры	39
Сохранность соматического здоровья	71	Свое здоровье	21
		Здоровье родных	31
		Здоровье человечества	19
Потребность в понимании ситуации	19	Достоверность информации	6
		Позитивная информация	10
		Отсутствие информации	3
Меры безопасности	27	Личное соблюдение правил	25
		Осуждение несоблюдения правил	2

Часть респондентов выражали свое намерение принять ситуацию вынужденной самоизоляции и адаптироваться к ней («Я стремлюсь к тому чтобы выдержать все это»). Свое психологическое благополучие в период эпидемии респонденты стремились поддержать, используя разные способы: 1) *эмоциональную регуляцию* двух типов – а) направленную на сохранение психологического ресурса («Сохранить жизнерадостную позицию / оптимизм / радость / бодрость духа / душевное равновесие» и т. д.) и б) направленную на устранение негативных эмоциональных состояний («не унывать / не расстраиваться / не раздражаться», «перестать беспокоиться», «сделаю все зависящее от меня, чтобы паника не поглотила меня» и т. д.); 2) поддержание *функционального психоэмоционального состояния* («оставаться энергичной», «быть активной»); 3) *поведенческую регуляцию* путем а) поддержа-

ния / внедрения полезных поведенческих привычек и режима дня («хочу меньше смотреть телевизор / новости», «... меньше есть углеводов»; «... вставать раньше», «я стремлюсь к четкому режиму дня»); б) привнесения в жизнь физической активности и заботы о внешнем виде («хочу привести себя в хорошую физическую форму», «вернуть вес», «заниматься йогой / спортом / делать упражнения»; в) упорядочивания и наполнения внешнего («наведу порядок дома», «проведу уборку») и внутреннего («сделаю все, чтобы наполнить свой день») пространства; 4) *когнитивную стратегию адаптации* («стремлюсь найти плюсы в этой ситуации», «... чтобы мы вынесли максимум ценного опыта и жизненной мудрости из этой ситуации», «когда-нибудь я буду это вспоминать как урок»). Незначительная часть ответов демонстрировала нежелание или неспособность респондентов приспособиться к возникшим социально-психологическим трудностям («у меня есть определенное намерение забыть абсолютно на все и всех окончательно», «пытаюсь убить время» и др.). Вероятно, именно в силу невозможности прямого влияния на источник стресса, люди пытаются преодолеть негативные последствия пандемии осуществляя регуляцию своего эмоционального состояния, поведения и, в менее частых случаях, меняя способ восприятия и оценки текущих событий. Способность к саморегуляции и самоорганизации личности как возможность сознательно управлять разными видами активности, поддерживать процессы жизнедеятельности и успешность учебной, профессиональной деятельности стала важнейшим фактором, обеспечивающим актуализацию психологических резервов и компенсацию негативного влияния внешних обстоятельств.

Длительное нахождение человека в COVID-ситуации со всеми ее составляющими (введение карантинных мер, необходимость перестраивать привычный образ жизни, неопределенность будущего, подрыв экономической и финансовой стабильности и др.) порождает у него психоэмоциональное напряжение и приводит к значительным затратам психологических ресурсов. Не случайно в ответах испытуемых мы находим отражение их потребности в восстановлении сил с помощью отдыха («хочу отдохнуть / в отпуск»), уединения («хочу побыть одной», «найти время на себя»), хобби (рисовать / лепить / вышивать / выращивать рассаду и др.) или досуга («хочу просто выпить кофе в своем любимом кафе», «пройтись по ТРЦ» и др.).

Кроме того, режим самоизоляции, ограничения посещения мест массового скопления людей, запрет массовых мероприятий фрустрировали потребность в свободе передвижения. Многие респонденты выражали желание «просто погулять», «подышать», «пройтись в парке», «выехать на природу» и т. д. Как оказалось, столь желанная возможность побыть дома (не ходить на работу, учебу) многими воспринималась именно как ущемление личной свободы, состояния «запертости в клетке».

Безусловно, в ситуации распространения вируса респонденты были озабочены состоянием **здоровья**, причем, чуть больше беспокойства вызы-

вал риск болезни близких людей («боюсь, что заболеют дети / родители», «беспокоюсь за своих пожилых родителей»), чем вероятность заболеть самим. Кроме того, участники исследования испытывали потребность в соблюдении мер безопасности («я приняла решение не нарушать правила», «я сделаю все зависящее от меня, чтобы другие не заразились от меня») осознавая свою часть ответственности в нормализации эпидемиологической обстановки в стране.

Незначительное количество ответов респондентов свидетельствует о потребности в получении позитивной информации как отражения улучшения объективной ситуации («порадуют хорошие новости из СМИ»). Еще меньше – о стремлении получить достоверные, правдивые сведения («надеюсь, нам говорят правду») и желании защититься от негативной, избыточной информации о распространении коронавирусной инфекции («... чтобы было меньше было новостей»).

Рассмотрим группу потребностей в достижении и признании (15% от общего числа ответов), которая является второй по значимости для участников исследования.

Таблица 2

Категория	Количество ответов	Подкатегория	Количество ответов
Личная компе- тентность	105	Эффективное использование времени	55
		Достижение целей	43
		Решение текущих проблем	7
Достижения в разных сферах жизни	89	Рабочие задачи	29
		Учебные задачи	49
		Финансовые задачи	11
Признание и самоуважение			7

Анализируя полученные данные (см. табл. 2) можно сделать вывод о том, что для респондентов второй по значимости оказалась ***потребность эффективном решении жизненных задач***. Режим вынужденной самоизоляции в отсутствии внешне заданных рамок организации деятельности, поведенческой активности потребовал от человека пересмотра системы ***управления временем*** – многие респонденты отмечали желание планировать, более эффективно использовать время, когда жизнь «поставлена на паузу» («хочу использовать это время с пользой», «... больше успевать», «я ужасно хочу уметь делать все задачи с более высоким КПД» и т. п.). Переход на систему удаленной занятости также повлек за собой необходимость по-новому перестроить режим дня и научиться совмещать рабочие / учебные графики членов семьи. На наш взгляд, потребность в достижении («... выполнять задуманное каждый день», «завершить все необходимые дела», «я буду очень счастлив, если у меня все задуманное будет

получаться» и т. п.; «я стремлюсь к решать проблемы», «я пытаюсь найти лучшее решение всех проблем» и т. п.) в условиях пандемии позволяет человеку сохранять уверенность в способности достигать цели, решать повседневные задачи и тем самым сохранять ощущение контроля над ситуацией в противовес чувству беспомощности.

В ответах респондентов мы находим отражение потребности в реализации профессиональных («Я принял(-а) решение продолжать работать удаленно», «продолжать выполнять свои трудовые обязанности», «Я прилагаю усилия для поддержания бизнеса в рабочем состоянии» и т. п.), *учебных* («качественно выполнять задания», «писать курсовую работу», «прилагаю усилия для хорошей успеваемости» и т. п.) и *финансовых* задач («хочу уметь зарабатывать деньги», «начать зарабатывать»).

Участники исследования отмечают также потребность в высокой оценке результатов своей деятельности («я буду вполне доволен, если кто-нибудь оценит мой труд», «буду гордиться своими результатами», «я буду вполне доволен, если мою работу оценят» и т. п.).

Вероятно, осознание и удовлетворение потребности в достижении, самоуважении позволяет человеку ощущать свою силу, самоэффективность как убежденность в своей способности действовать и эффективно решать стоящие перед ним проблемы и, тем самым, противостоять возникающих в ситуации неопределенности бессилию и растерянности, неконтролируемому влиянию негативных факторов на физическое и психологическое здоровье.

Третьей по важности оказалась для респондентов группа потребностей в межличностных отношениях (12% от общего количества ответов).

Таблица 3

Категория	Количество ответов	Подкатегория	Количество ответов
Потребность в общении	73	Общение	12
		Общение с родными и любимыми	30
		Общение с друзьями	31
Потребности в принадлежности и любви	47	Улучшение отношений, семейного климата	21
		Улучшение отношений с детьми	12
		Улучшение отношений с мужем	6
		Совместное времяпрепровождение	8
Потребность в получении помощи			9
Альтруистические мотивы			17
Схожесть взглядов			12

В условиях пандемии, с одной стороны, количество тесных контактов, непосредственного общения с широким кругом лиц резко сократилось, а с другой – увеличилась продолжительность нахождения в одном помещении (квартире, доме) с членами семьи и частота «личных касаний» с ними. Эти изменения нашли свое отражение в ощущении недостатка *общения* с родными, друзьями и потребности в «живом» взаимодействии с людьми («я ужасно хочу общения / быть в обществе / общаться», «хочу увидеть родных»; «встретиться с подругой»; «общаться с друзьями как раньше», «поехать в гости» и т. п.). При этом многие респонденты отмечают, что дистанционный формат взаимодействия (посредством видео- и аудио связи) не может в полной мере заменить живое, теплое, непосредственное общение. Вместе с тем, участники исследования испытывали потребность в благоприятных семейных отношениях. В частности, респонденты отмечали необходимость поддержания, сохранения общей атмосферы внутри семьи («...чтобы был мир и спокойствие в доме/ атмосфера дома была спокойной», «я буду вполне доволен, если до конца самоизоляции сохранится такая же благоприятная обстановка дома»).

Условия самоизоляции, вероятно, обнажили имеющиеся трудности в детско-родительских и супружеских отношениях, актуализировали потребность в понимании друг друга, поиске точек соприкосновения, нового способа существования вместе. При этом *потребность сблизиться с детьми*, научиться по-новому общаться с ними («хочу научиться проводить качественное время с детьми, получая от этого радость», «быть хорошей мамой», «больше времени уделять своему ребенку»), а также использовать это время для *изменения отношений с супругом* («лучше узнаем друг друга», «научимся уважать личное пространство друг друга») высказывали только женщины. В ответах участников исследования отражалось и желание *совместного времяпрепровождения со своей семьей* («хочу провести время с семьей»). Кроме того, именно женщины выражали *потребность в получении поддержки, помощи от других людей* («хочу, чтобы меня обняли», «чтобы обо мне кто-то позаботился»), от супруга («я буду вполне довольна, если муж и дети будут помогать по дому и с уроками», «...если мне сможет помогать муж»).

На наш взгляд, универсальный опыт проживания сложившейся ситуации позволил респондентам, с одной стороны, лучше понять состояние, нужды других людей. Поэтому в их ответах звучала также готовность оказать помощь окружающим, чаще всего членам семьи («поддерживаю близких», «я приняла решение помогать брату и сестре с уроками», «я сделаю все зависящее от меня, чтобы помочь нуждающимся» и т. п.). А с другой стороны – порождает ожидания того, что и другие люди будут вести себя в соответствии с нашими представлениями о происходящем, демонстрировать *сходство во взглядах* («люди осознают всю серьезность ситуации, отложат свои планы и останутся дома», «я ожидала понимания от

студентов и их родителей, что ситуация нестандартная и требует времени для последовательного принятия взвешенных решений...», «я ожидала понимания и помощи со стороны мужа» и т. п.).

Опишем группу потребностей в личностном росте (10% от общего количества ответов).

Таблица 4

Категория	Количество ответов	Подкатегория	Количество ответов
Саморазвитие	113	Самопознание	19
		Личностный рост	44
		Самоизменение	42
		Самоактуализация	8
Личностно-профессиональное саморазвитие			20
Планы на будущее			15

Судя по ответам, для части респондентов пандемия стала временем встречи с собой, самоопределения, осознания собственных ограничений и возможностей. Вероятно, для этой группы людей неблагоприятные обстоятельства, пройдя через призму их личностного опыта, психический мир, стали событием *внутренней жизни*, запустив процесс преобразования и проектирования себя. Участники исследования отмечали желание познать и понять себя («я пытаюсь слушать себя», «хочу познать себя / понять себя / разобраться в себе», «понять, чего я хочу», «понять кто я, в чем мое предназначение» и т. п.). Соприкасаясь с новой по своим характеристикам ситуацией, встречаясь с объективными вызовами у человека появляется возможность увидеть и новые грани своего «Я», заново ответить на экзистенциальные вопросы «Кто я?», «Каковы смысловые ориентиры моей жизни?». Самопознание является условием саморазвития. Большая часть ответов данной категории отражали потребность респондентов в личностном росте в целом («лучшей наградой для меня будет личностный рост / саморазвитие», «хочу вырасти как личность», «...стать лучше / стать лучшей версией себя», «я надеюсь уделить время на самосовершенствование» и т. п.), так и желание преобразовать / усовершенствовать / развить отдельные качества личности, умения обходиться со своим внутренним миром («хочу научиться сосредотачиваться», «...обрести уверенность в себе и своих решениях», «мыслить позитивно», «я ужасно хочу уметь оставаться собой в любой ситуации», «быть организованной» и т. п.). Некоторое количество ответов свидетельствует о потребности в самоактуализации как воплощению своего потенциала, возможности заниматься тем, к чему предрасположен [6]: «я стремлюсь к самореализации», «буду счастлив, когда начну писать новый роман» и др.

Ковид-ситуация стала толчком для изменения себя не только как личности, но и как развивающегося профессионала. Часть респондентов отме-

чала потребность в личностно-профессиональном саморазвитии («вырасту как профессионал», «начну вести свой блог, сделаю курс», «приобрести больше навыков психолога», «я хочу сделать рывок в своем профессиональном развитии» и т. п.). Эта ситуация позволила задуматься и о жизненной перспективе – желанной картине будущего, основанной на осознания себя, своего места в мире, своей системы ценностей и целей жизни («я буду очень счастлив принимать внуков в своем доме на Семи ключах», «я мечтаю о том, что мы найдем хорошую землю в деревне», «я мечтаю о том, что когда-то посетю концерт моей любимой музыкальной группы, что буду путешествовать, успешно закончу университет и обзаведусь семьей» и др.).

Обратимся к описанию группы потребности в познании (4% от общего количества ответов).

Таблица 5

Категория	Количество ответов
Познание, новый опыт	40
Приобретение новых умений	15

В ответах респондентов, находящихся в условиях распространения ковида и вынужденной самоизоляции мы довольно редко обнаруживаем наличие когнитивных потребностей как стремление знать, понимать, проявлять любопытство [6]. Ответы данной категории свидетельствуют о желании людей познавать, получать новый опыт («хочу повысить кругозор», «...изучить психологию», «у меня есть определенное намерение познать что-то новое» и т. п.) и приобретать новые умения («научусь готовить новые блюда», «научиться играть на гитаре», «освоить комп»).

Как показало исследование, в наименьшей степени значимо для респондентов удовлетворение первичных потребностей – в сне, пище, питье (1% ответов). Более того, судя по ответам респондентов, даже эти физиологические нужны могут являться отражением других потребностей – например, в разнообразии вкусовых ощущений («...закажу еду из ресторана») или устранении эмоционального напряжения («выпить вина»). Другими словами, в ситуации распространения коронавируса и введения режима самоизоляции человек как индивид, как биологический организм не испытывает значительных трудностей в удовлетворении базовых, витальных потребностей.

С целью установления взаимосвязи между потребностями и демографическими и социально-психологическими характеристиками выборки нами были использованы непараметрические математико-статистические критерии корреляции Спирмена и критерий Манна-Уитни. В результате было выявлено, что с увеличением возраста большую значимость в ситуации пандемии приобретают потребности в реализации текущих профессиональных задач ($r_s=0,387$), самоизменении ($r_s=0,340$), хобби ($r_s=0,270$). Чем *моложе* респонденты, тем в большей мере они заинтересованы в выполнении учебных заданий ($r_s=-0,517$), хотят возвращения к привычной

жизни ($rs=-0,396$), намерены соблюдать меры личной безопасности ($rs=-0,330$), испытывают потребность в общении с друзьями ($rs=-0,305$).

Женщины в большей степени, чем мужчины испытывают желание соблюдать меры предосторожности ($U=124$ при $p=0,04$), а также максимально эффективно использовать время вынужденной самоизоляции ($U=76$ при $p=0,003$). Для **мужчин** более характерны стремление адаптироваться к ситуации пандемии и введенных мер по ее преодолению ($U=134$ при $p=0,04$), поддерживать себя в хорошей физической форме, занимаясь разными видами физической активности ($U=98$ при $p=0,01$), потребность продолжать работать ($U=100,5$ при $p=0,004$), а также желание чаще быть среди людей ($U=119$ при $p=0,007$), общаться с друзьями ($U=121,5$ при $p=0,03$).

Также мы проанализировали связь потребностей с семейным положением, наличием детей и основным видом деятельности респондентов в период самоизоляции. Для респондентов, имеющих статус «свободен» чуть в большей мере характерны стремление вернуться к привычной жизни ($rs=0,261$), регуляция физической активности ($rs=0,345$), потребность в дружеском общении ($rs=0,322$), выполнять показатели академической успеваемости ($rs=0,336$); они в меньшей степени стремятся к уединению и общению с членами семьи, сохранению психологического ресурса. У респондентов, состоящих в **романтических отношениях** есть желание выехать на природу, в другой город ($rs=0,276$) и овладеть новыми умениями за время карантина ($rs=0,293$). Для респондентов, состоящих в браке характерны потребности в сохранении здоровья членов своей семьи ($rs=0,335$), а также времяпрепровождении с ними ($rs=0,363$), свободном передвижении, прогулках на свежем воздухе ($rs=0,408$), эмоциональной регуляции своего состояния путем фокусирования на имеющемся психологическом ресурсе ($rs=0,264$). Для женщин, находящихся в разводе или состоящих в незаконных отношениях актуальными становятся потребности в финансовом обеспечении ($rs=0,52$), самоактуализации ($rs=0,439$) и личностно-профессиональном развитии ($rs=0,335$). С появлением / увеличением количества детей в семье у взрослых возрастают потребности в оптимизации или улучшении отношений с ними ($rs=0,437$), совместной деятельности ($rs=0,313$), общении с родными ($rs=0,267$), в сохранении здоровья детей и престарелых родителей ($rs=0,282$). В то же время увеличиваются потребности в уединении ($rs=0,331$), прогулках ($rs=0,287$), хобби ($rs=0,268$), желание избавиться от негативных эмоциональных состояний ($rs=0,311$). Интересно, что с наличием детей у респондентов отрицательно коррелирует с желанием «вернуть все, как было» ($rs=-0,280$).

Помимо предсказуемой положительной взаимосвязи между **получением образования** как основного вида деятельности в период пандемии и потребностью выполнять задачи, связанные с учебным процессом ($rs=0,611$), были обнаружены прямые связи с потребностями в движении ($rs=0,349$), соблюдении режима самоизоляции ($rs=0,270$), общении с друзьями

($r_s=0,260$), а также обратная связь со стремлением к преобразованию себя как личности ($r_s=-0,430$). Сохранение привычной формы занятости положительно коррелирует с желанием вести здоровый образ жизни, сохранять полезные привычки, касающиеся питания, режима дня ($r_s=0,420$), потребностью в получении достоверной информации о коронавирусной инфекции, ее распространении ($r_s=0,331$), а также в ограждении от ее переизбытка ($r_s=0,304$), желанием оставаться здоровыми ($r_s=0,285$) и решать финансовые задачи ($r_s=0,287$). Наряду с понятной положительной взаимосвязью между удаленным режимом работы и стремлением выполнять рабочие дела ($r_s=0,552$), выявлены прямые связи с достижением целей ($r_s=0,321$) и ориентацией на личностный рост ($r_s=0,303$). Такой социально-трудовой статус как *«временно не работающий»* положительно взаимосвязан с желанием привести в порядок место проживания ($r_s=0,477$), улучшить отношения с детьми ($r_s=0,307$), и в целом, семейный климат ($r_s=0,370$), получить помощь и заботу ($r_s=0,279$), а также разобраться в себе ($r_s=0,331$). С отпуском женщины по уходу за ребенком связано увеличение потребностей в общении с семьей ($r_s=0,415$), налаживании отношений с супругом ($r_s=0,391$) и детьми ($r_s=0,384$). Прекращение трудовой активности (выход на пенсию) положительно коррелирует с потребностью в свободном передвижении ($r_s=0,494$), желанием сохранить личное здоровье ($r_s=0,330$) и здоровье всей нации ($r_s=0,384$), стремлением больше общаться ($r_s=0,447$) и приобрести новые умения ($r_s=0,325$).

Заключение. Обобщая результаты проведенного исследования можно сделать вывод о том, что пандемия и введение мер по ее преодолению актуализировали, прежде всего, потребность людей в безопасности. Почти 60% ответов отражали желание «вернуть все, как было», жить в безопасном, защищенном от реальных и потенциальных угроз, предсказуемом мире. При этом многие респонденты осознавали необходимость адаптироваться к этой новой ситуации путем регуляции своего эмоционального состояния, поведения и деятельности.

Вторыми по значимости оказались потребности в достижении, сохранении и развитии межличностных отношений, а также в саморазвитии, преобразовании себя как личности. При этом влияние неблагоприятных факторов по-разному сказалось на респондентах: одни ощущали острую нехватку общения, желание вернуться в офис / вуз, потребность в получении помощи. Другие в новой коронавирусной реальности увидели возможность переосмыслить свои отношения с членами семьи, разобраться в себе, по-новому определить свои профессиональные и ценностные ориентиры. Другими словами, осуществляли работу переживания критической ситуации, создавая для себя смысл происходящих событий.

Наименее актуальными для людей, находящихся в вынужденной самоизоляции стали потребности в познании, получении нового опыта, а также первичные физиологические нужды.

Вместе с тем, результаты нашего исследования свидетельствуют о том, что основные потребности разных групп респондентов остаются стабильными даже на фоне происходящих глобальных изменений и связаны они, прежде всего, с задачами развития на конкретном этапе жизни. Так, студенты вузов ориентированы на получение образования и общение; активно работающие люди – на решение финансовых, профессиональных задач и личностный рост; для женщин-домохозяек и находящихся в декретном отпуске приоритетными являются семейные отношения, а также поддержание себя в ресурсном состоянии; для пенсионеров характерна забота не только о себе, но и о всем человечестве, а также желание продолжать вести активную жизнь – общаться, узнавать что-то новое, иметь увлечения.

Однако данные позволяют судить о том, что молодые, не состоящие в отношениях люди оказались наиболее уязвимы к негативным социально-психологическим эффектам пандемии и вынужденной самоизоляции, они острее ощущают дефицит общения, испытывают значительные трудности в осмыслении новой ситуации и адаптации к ней. На наш взгляд, вместо осуществления работы переживания, поиска внутренних опор, психологического ресурса и готовности пересмотреть себя, свою жизнь, они испытывают инфантильное желание «чтобы все было, как раньше». И, наоборот, с возрастом, человек оказывается все более способным управлять своими эмоциями и поведением, ставить и достигать цели, извлекать ценный опыт даже в критической жизненной ситуации, видя в ней возможность саморазвития, выхода на новый уровень отношений с собой и близкими.

Список литературы

1. Бусыгина, Н. П. Качественные и количественные методы исследований в психологии : учебник для бакалавриата и магистратуры / Н. П. Бусыгина. – М. : Юрайт, 2015. – 423 с.
2. Василюк, Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
3. Васюкова, Е. Е. Уровни развития познавательной потребности и их проявление в мышлении / Е. Е. Васюкова // Вопросы психологии. – 1998. – № 3. – С. 91-103.
4. Леонтьев, А. Н. Потребности, мотивы, эмоции. Конспект лекций / А. Н. Леонтьев. – М. : МГУ, 1997. – 68 с.
5. Леонтьев, Д. А. Жизненный мир человека и проблема потребностей / Д. А. Леонтьев // Психологический журнал. – 1992. – Т. 13, № 2. – С. 107-120.
6. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2009. – 352 с.
7. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Нюттен ; под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2004. – 608 с.
8. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2003. – 512 с.
9. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии : учеб. пособие для студентов вузов / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 1998. – 688 с.

Раджабов Орифжон Хонимкулович,

психолог, Джизакской политехнический институт, Джизак, Узбекистан

Усаров Джамолиддин Тулкинович,

учитель, Джизакской политехнический институт, Джизак, Узбекистан

АСИММЕТРИЯ ПОЛУШАРИЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СИГНАЛЬНОСТИ

Аннотация. В данной статье на научной основе анализируется превосходство их сигнальной системы в процессе обучения одаренных учеников на основе системы интенсивного обучения. На основе анкетирования определяется релевантность талантливых учеников (исходя из сути вопросов) к карте сайта первого и второго сигналов или относительный вес. На основе статистического анализа определен уровень развития аналитико-синтетической деятельности, а также показана принадлежность показателей первой и второй систем сигнализации к разным полюсам на основе взаимно положительной корреляции.

Ключевые слова: нейрофизиология; головной мозг; сигнальная система; асимметрия полушарий; полушария головного мозга; одаренность; одаренные школьники; обучение одаренных школьников.

Rajabov Orifjon Khonimkulovich,

Psychologist, Jizzakh Polytechnic Institute, Jizzakh, Uzbekistan

Usarov Jamoliddin Tulkinovich,

Teacher, Jizzakh Polytechnic Institute, Jizzakh, Uzbekistan

ASYMMETRY OF THE CEREBRAL HEMISPHERE AND THE INTERACTION OF SIGNALING

Abstract. This article scientifically analyzes the superiority of their signaling system in the process of teaching gifted students on the basis of an intensive learning system. Based on the questionnaire, the relevance of talented students (based on the essence of the questions) to the sitemap of the first and second signals or relative weight is determined. On the basis of statistical analysis, the level of development of analytical and synthetic activity is determined, and the belonging of the indicators of the first and second signaling systems to different poles is shown on the basis of mutually positive correlation.

Keywords: neurophysiology; brain; signaling system; asymmetry of the hemispheres; hemispheres of the brain; giftedness; gifted schoolchildren; teaching gifted students.

Разработка характеристики сигнальной системы человека позволила выделить в психологии индивидуальное отличие личности, на основе его «аналитического» (художественный тип), «синтетического» (тип по мышлению) и относительного «среднего» типа. Эти представления впервые охарактеризованы и развиты И. В. Павловым. Впоследствии по соотношению сигнальной системы человека, по выявлению индивидуальных различий проводились несколько типологических и нейрофизиологических исследований (В. Бианки, 1967; Т. А. Доброхотова, Н. Н. Брагина, 1977; Н. Н. Бра-

гина, Т. А. Доброхотова, 1981; Э. А. Костандов, 1983 и др.). В этих исследованиях в основном приведены доказательства о приоритете какой-то сигнальной системы человека как предположения.

Позже учеными психологами принадлежность человека той или другой сигнальной системе рассматривалась как относительное понятие и уточнялись в этих исследованиях [4, с. 262] (выполненные в лаборатории работы Э. А. Голубевой, 1982, 1984; В. В. Печенков, 1976, 1983; Г. С. Игнатович, 1978; Н. Я. Большунова, 1980; А. П. Кепалайте, 1982; Б. Р. Кадыров, 1990 и др.).

Вместе с тем для уточнения того или иного соотношения сигнальной системы человека не достаточны достоверных, стандартных методик, существующие не позволяли полностью различать типологических различий человека (М. Н. Борисова, Б. Б. Косова 1956; Е. С. Махлах, 1969; И. С. Аверина, 1983).

В последние годы для глобальной характеристики соотношения сигнальной системы в лаборатории Э. А. Голубевой проводились существенные исследования [1, с. 150]. В психологических исследованиях доказано отражение в психике человека в разных преобразующихся видах приоритет одной сигнальной системы или относительная уравновешенность.

В этой связи в нашей Республика разработаны валидные методики выявления сигнальной системы, а также проведены научные исследование и диагностические опыты (М. Г. Давлетшин, Б. Р. Кадыров, 1990).

В частности с целью определения психологической характеристики, касающейся сигнальной системы, профессор Б. Р. Кадыров разработал особый вопросник [2, с. 60]. Данный вопросник способствуя (помогая) определению сложных и невозможных обстоятельств получения сведений в повседневных опытах, позволяет анализировать полученные сведения с помощью многомерного критерия. Удобность вопросника в том, что он легко применяется в обработке полученных информации (сведений) (В. М. Мельников, Л. Т. Ямпольский, 1985).

Вопросник позволяет целостному подходу соотношению сигнальной системы у учащихся старших классов, его психологическому образу, а также диагностике. Назначение вопросника для отражения, охватывания как можно больше качеств личности свидетельствует о том, что в его создании основывались на различных научных, специальных и литературных источниках.

В вопроснике имеются 83 утверждения и каждому утверждению даны по пять вариантов ответов. Это наряду с выделением качеств ученика позволяет оценить его в пятибалльной системе. Общие вопросы разделены на сем шкал (критерий), отражающие основную сущность методики. Эти шкалы, в свою очередь, исходя из сущности вопросов, определяют принадлежность первой или второй сигнальной системе или же относительной уравновешенности. Шкалы, отражающие первую сигнальную систему

у человека, введены в разряд общечеловеческих качеств человека и отражаю свои образные особенности процесса познания личности как активность, эмоциональность, воля и воображения. Шкалы, относящиеся второй сигнальной системе, позволяют наблюдать отчетливое выделение воли и аналитического мышления саморегуляции личности.

По степени преимущества этих шкал моды принадлежат к трем пространствам человеческой психики, где больше всего проявляется соотношение сигнальных систем.

В целях внесения ясности вышесказанным мы использовали показатели результатов исследования, проведенного среди одаренных учащихся (30 человек) Республиканской специализированной школы-интерната музыки и искусства г. Ташкента в 2018–2020 гг. Испытуемым были розданы вопросники (анкеты), полученные ответы были обобщены по двум шкалам отдельно. Чтобы определить интегральные показатели для каждого испытуемого использовали формулу коэффициента сигнализации (КС). После того как определили КС для каждого испытуемого, у нас появилась возможность распределить их на сигнальные системы (СС).

Для этого показатели КС испытуемых упорядочены разными цветами. Вследствие этого у нас появилась возможность определить (выявить) принадлежность испытуемых первой и второй сигнальной системе или относительной уравновешенности. Вычислив их среднее значение, определили различие по критерию студента и получили следующую таблицу.

Таблица

$n=30$

Группы, отличающиеся по сигнальной системе	Показатели степени средней выраженности
Группа, входящая I СС	22,61
Группа, входящая I и II СС	1,65
Группа, входящая II СС	-32,27
t	3,85
P <	0,001

Отсюда видно, что степень средней выраженности в группе, где превосходит первая сигнальная система, равна на 22,61, в группе, где превосходит вторая сигнальная система, на – 32,27. Разница по критерию студента равна на $t=3,85$. Это достоверно на 0,001 процентном уровне значимости [7].

Полученные сведения (результаты) на уровне развития аналитико-синтетической деятельности у людей, у кого превосходит вторая сигнальная система, выше, чем у тех, у кого превосходит первая сигнальная система.

Из этих данных видно, что хотя показатели первой и второй сигнальных систем между собой корреляция положительно, они различаются с точки зрения принадлежности разным полушариям. Несмотря на степень развития деятельности различия испытуемых по превосходству одной сиг-

нальной системы, хотя наблюдаены в прежних исследованиях (Б. Р. Кадыров, 1990), еще раз нашел свое доказательство.

В целях дальнейшего выявления научно-практических основ проведенного исследования мы перед собой поставили цель уточнения интегральных показателей вопросника и показателей внешней валидизации. Потому что научная обоснованность результатов методики определяются данными нескольких показателей. Взаимодействие данных интегральных показателей вопросника с другими методиками рассмотрим в следующих своих поисках.

Список литературы

1. Голубева, Э. А. Индивидуальные особенности памяти человека (психофизиологическое исследование) / Э. А. Голубева. – М., 1980. – 150 с.
2. Кадыров, Б. Р. Способности и склонности. Психофизиологическое исследование / Б. Р. Кадыров. – Ташкент : Фан, 1990.
3. Иваницкий, А. М. Мозговые механизмы оценки сигналов / А. М. Иваницкий. – М., 1976. – 262 с.
4. Раджабов, О. Х. Влияние интенсивного обучения на когнитивные процессы младших школьников : монографические статьи / О. Х. Раджабов. – Ташкент : Типография научно-технического центра, 2013.
5. Рокицкий, П. Ф. Биологическая статистика / П. Ф. Рокицкий. – Минск, 1967.
6. Урбах, В. Ю. Математическая статистика для биологов и медиков / В. Ю. Урбах. – М., 1963. – С. 297. – Табл. IV.

Тимошкина Надежда Александровна,

кандидат педагогических наук, доцент, Московский педагогический государственный университет, г. Москва, Россия

РОЛЬ СЕМЬИ И ШКОЛЫ В РАЗВИТИИ РЕЧИ ДЕТЕЙ С ОСОБЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ПРОЦЕССЕ ИХ СОЦИАЛИЗАЦИИ

Аннотация. В статье раскрывается роль семьи и школы в формировании личности детей с особыми возможностями здоровья. На примере детей, имеющих расстройства аутистического спектра показано влияние этих социальных институтов на развитие речи школьников. Автор обобщает накопленные теоретические знания и практический опыт по развитию речи детей в семье и школе в процессе игровой и учебной деятельности.

Ключевые слова: личность ребенка; социализация детей; социальные нормы; межличностное общение; дети с особыми возможностями здоровья; расстройства аутистического спектра; РАС; детский аутизм; дети-аутисты; детская речь; развитие речи; словарный запас; эхолалии; методы стимулирования; игровая деятельность; самооценка личности; семейное воспитание.

Timoshkina Nadezhda Aleksandrovna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Moscow Pedagogy State University, Moscow, Russia

THE ROLE OF THE FAMILY AND SCHOOL IN THE DEVELOPMENT OF SPEECH OF CHILDREN WITH SPECIAL HEALTH NEEDS IN THE PROCESS OF THEIR SOCIALIZATION

Abstract. The article reveals the role of family and school in the formation of the personality of children with special health conditions. The influence of these social institutions on the speech development of schoolchildren is shown on the example of children with autism spectrum disorders. The author summarizes the accumulated theoretical knowledge and practical experience in the development of children's speech in the family and school in the process of play and learning activities.

Keywords: personality of the child; socialization of children; social norms; interpersonal communication; children with special health capabilities; autism spectrum disorders; childhood autism; autistic children; children's speech; development of speech; vocabulary; echolalia; incentive methods; play activity; self-esteem of the individual; family education.

В ходе всей истории развития человечества решался вопрос о поисках закономерностей формирования личности в обществе. Жизненное призвание человека и сегодня находится в центре внимания многих гуманитарных наук. Эта проблема волнует каждого конкретного человека, независимо от того, какое общественное положение он занимает. При обращении к человеческой проблематике естественно возникает вопрос, каковы пути и способы воспитания и развития человека, что позволяет ему состояться и

достойно себя проявить в постоянно меняющихся условиях времени и социальной среды.

Для обозначения процесса, приобретения человеком качеств, необходимых ему в жизни в обществе принято использовать термин «социализация». Социализация индивида происходит в процессе усвоения им в течение жизни общественных социальных норм и культурных ценностей, причем основой первичной социализации является семья, поскольку именно в ней закладывается фундамент личности [4].

Базисная социализация детей осуществляется в семье благодаря усилению всех ее функций: функции поддержки в семье, воспитательной, коммуникативной и др. В период ранней социализации важнейшую роль в формировании сознания, мышления, речи ребенка принадлежит общению с родителями, подражанию взрослым.

Образуя семью, взрослые привносят определенные представления о роли в ней матери и отца, как и ожидания в отношении детей. У родителей определённые установки и надежда в отношении ребёнка складываются ещё в то время, когда он находится в чреве матери. Их осуществление зависит от многих факторов: благополучия брака, отношений супругов, экономического статуса семьи [3, с. 267].

В образовательных учреждениях сегодня все чаще можно встретить детей, имеющих особые возможности здоровья, в том числе и расстройства аутистического спектра (РАС). Под расстройством аутистического спектра принято понимать расстройство нервной системы, которое характеризуется дефицитом в социальных взаимодействиях и коммуникацией с наличием стереотипий (повторяющихся действий).

Детям с расстройствами аутистического спектра психологически трудно попадать в непривычные условия, поэтому при поступлении в школу им требуется более длительный период адаптации. В это время они должны научиться устанавливать эмоциональный контакт с учителем и одноклассниками. Это поможет в дальнейшем им успешно социализироваться в обществе.

Среди наиболее ярких характеристик детей и подростков с расстройствами аутистического спектра можно выделить особенности речевого развития. Они проявляются в понимании речи и произношении. Так, для понимания речи таких школьников характерен ограниченный объем речевого восприятия. У людей с аутизмом часто ограничен запас слов и небольшой объем восприятия речи. Словарный запас такого ученика может составлять не более 100 слов, которые часто встречаются ему в повседневной жизни или связаны с его интересами. Как правило, это названия любимых фильмов, предметы обихода, имена близких. Работая с такими детьми, учителю надо активно взаимодействовать с семьей школьника и обязательно следует уточнить у родителей ученика, какие слова ему знакомы, и использовать их, общаясь с ребенком. Маленький объем слухоречевого восприятия проявля-

ется в том, что человеку сложно воспринимать длинную фразу. Из услышанного текста он выхватывает только одно-два знакомых слова. В этом случае педагогу следует руководствоваться принципом минимума речи.

Многим людям с расстройствами аутистического спектра трудно понимать переносные смыслы в речи. Эта трудность может присутствовать и у человека с ограниченным словарным запасом и небольшим объемом восприятия, и у человека, который знает много слов и может выслушать длинную фразу. Человек с этой особенностью, как правило, не понимает обращенных к нему шуток или иносказательных выражений. Главное, что здесь можно сделать, – использовать конкретные инструкции, называть вещи своими именами, четко обозначать правила, давать конкретные задания [2].

Для большинства людей с РАС речь не является основным каналом восприятия, каким является она для многих других людей. Это не зависит от выраженности у них трудностей с пониманием переносных смыслов, снижения объема слухо-речевого восприятия и размеров словарного запаса.

Кроме особенностей с пониманием речи, люди с РАС часто имеют особенности в произносительной речи. Можно выделить четыре типа трудностей.

1. Отсутствие произносительной речи. Если ученик с РАС совсем не говорит или произносит только отдельные слоги, ему необходима альтернативная коммуникация.

2. Недостаточное количество слов. Человек с РАС может использовать маленькое количество слов или коротких фраз. Зачастую их не хватает, чтобы сообщить о своих потребностях. В таком случае также необходима альтернативная коммуникация.

3. Неразборчивая речь. Такие ученики говорят быстро, непонятно, «глотают» звуки. Работая с таким учеником, учитель может рекомендовать его родителям обратиться к логопеду и попросить их подсказать, как «переводятся» самые важные слова.

4. Эхолалии – повторения звуков, слов, фраз. Эхолалии – естественная часть жизни человека с аутизмом. Если повторение слов не мешает ему и другим, нет необходимости пытаться с ними что-то сделать. Если же эхолалии мешают другим ученикам в классе, можно попробовать заменить их на более тихие повторяющиеся действия.

Людям с расстройствами аутистического спектра часто бывает сложно понимать и запоминать речь. Любые иллюстративные стимулы оказываются для них более подходящими [1]. В качестве примера метода визуальной поддержки можно предложить использование визуального расписания. Оно помогает ученику сориентироваться в последовательности событий дня и адаптироваться к смене планов. Такое расписание делает человека с РАС более независимым, снижает уровень его тревоги и уменьшает проявления нежелательного поведения. Кроме того, можно использовать жетоны. Их применяют в работе для того, чтобы показать ученику, сколь-

ко раз еще осталось выполнить задание, прежде чем можно будет пойти на переменку или получить приз. Также интересен в применении планшет «сначала-потом». Планшет используется, чтобы показать ученику, какое задание он должен выполнить, прежде чем получит поощрение или переменку. Такая последовательность действий мотивирует ребенка выполнять первый скучный пункт, чтобы перейти к веселому второму.

У детей с расстройствами аутистического спектра часто отсутствует мотивации к обучению. Ребенок часто не хочет учиться и хорошо вести себя во время уроков [1]. Поэтому очень учителю важно подобрать для него такое поощрение, которое помогло бы эту мотивацию сформировать. Для этого стоит опросить родителей и понаблюдать за ребенком. Те игры и виды деятельности, которые он выбирает самостоятельно, могут оказаться хорошим поощрением.

Именно игра является деятельностью наиболее близкой к потребностной сфере ребенка. В ходе игры происходит первичная эмоционально-действенная ориентация в смысле человеческой деятельности, осознается ограниченность своего места в системе отношений взрослых и потребность быть взрослым.

В игре возникает новая психологическая форма мотивов. Происходит переход от непосредственных желаний к мотивам, имеющим форму обобщенных намерений, близких к сознательности.

Игра многомерна. Она – деятельность и познание, развлечение и творчество, подражание и общение. Игра воплощает в себе отношение ребенка к окружающей его, прежде всего социальной действительности, имеющей свое специфическое содержание и строение – особый предмет и мотивы деятельности и особую систему действий в рамках ее структурности. В качестве основных структурных единиц обычно выделяют воображаемую ситуацию, роль и реализующие ее игровые действия. Воображаемая ситуация как структурный элемент игры есть ее замысел, то есть главная выдумка игры, то, что создано соображением и фантазией индивида. Именно воображаемая ситуация позволяет ребенку стать в новое положение, подняться над собой, активизировать свои духовные и физические силы. Детская игра не только дает возможность ребенку освоить (приблизить к себе, сделать своим) окружающий мир, но и обогащает эмоциональную сферу, формирует эстетическое отношение и восприятие [4, с. 56].

В процессе обучения педагогам и родителям ученика особое внимание следует обратить на сенсорные предпочтения ребенка. Так, если ребенок часто «играет» со звуками, поощрение для него может быть аудиальным. Например, можно дать ему послушать музыку в наушниках, спеть песенку, предложить поиграть с музыкальным инструментом. Важно не только подобрать поощрение, но и грамотно его использовать. Предъявлять поощрение следует сразу после того, как ученик правильно выполнил

задание. Так ребенок постепенно привыкнет, что сложное задание связано с приятным призом.

Обобщая вышеизложенное, следует отметить, что благодаря влиянию школы и семьи у ребенка с ОВЗ происходит формирование правильной самооценки, вырабатывается чувство самоконтроля, усваиваются общественные нормы и ценности. Особую роль в усвоении нормативных элементов культуры, научении ролевому поведению и выполнения ролевых требований принадлежит подражанию, особенно тем близким людям, которых ребенок любит. Подражая взрослым, ребенок лучше начинает понимать окружающих его людей, их помыслы, желания, настроения. Благодаря этому расширяется и углубляется процесс взаимодействия ребенка с окружающими людьми, общение становится более осмысленным и правильная грамотная речь помогает подрастающему человеку состояться как личности. Работа по развитию речи является многогранной работой учителя и родителей школьников с ОВЗ. Она направлена на выработку умения подбирать нужные слова, правильно употреблять их в речи, строить предложения и связную речь, т. е. развитие умения правильно выражать свои мысли в понятной для окружающих форме. Ведь еще великий русский педагог К. Д. Ушинский утверждал, что развивать у детей «дар слова» – это значит почти то же самое, что развивать у них логику мышления [5].

Список литературы

1. Горячева, Т. Г. Расстройства аутистического спектра у детей. Метод сенсорной коррекции / Т. Г. Горячева, Ю. В. Никитина. – М., 2019.
2. Плохова, А. А. Особенности развития речи у детей с ограниченными возможностями здоровья / А. А. Плохова, О. А. Александрова, И. Н. Митина // Проблемы и перспективы развития образования : сборник материалов IV Всероссийской научно-практической конференции (с международным участием). – 2019. – С. 87-90.
3. Тимошкина, Н. А. Методологические проблемы социализации личности / Н. А. Тимошкина // Научные труды (Вестник МАТИ). – 2007. – № 13 (85). – С. 265-269.
4. Тимошкина, Н. А. Народная игра как средство социализации детей в России (вторая половина XIX – начало XX веков) : дис. на ... канд. пед. наук / Тимошкина Н. А. ; Московский педагогический государственный университет. – М., 2002.
5. Ушинский, К. Д. Педагогика. Избранные работы / К. Д. Ушинский. – М., 2019.

Гавриловчук Елена Алексеевна,

педагог-психолог, МОУ «Тираспольская средняя школа № 5»; член Ассоциации практикующих психологов Приднестровья, г. Тирасполь, Молдавия

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ И КАРАНТИНА

Аннотация. В статье рассматривается психологическое благополучие школьников старшего возраста. Автор опирается на модель психологического благополучия: уровень психосоматического здоровья, уровень социальной адаптации, уровни психического и психологического здоровья. В процессе исследования были выявлены и изучены показатели психологического благополучия, учащихся старшего возраста. Изучены составляющие понятия «психологическое благополучие» с учетом изменений жизнедеятельности общества, в частности связанные с пандемией, карантином, дистанционным обучением и самоизоляцией. Полученные и обработанные результаты, позволили сделать выводы, скорректировать программу работы психологической службы организации общего образования в условиях действительности.

Ключевые слова: психологическое благополучие; удовлетворенность жизнью; психологическое здоровье; душевный комфорт; стрессы; спокойствие; тревожность; саморегуляция личности; полноценное здоровье; старшеклассники; пандемия; эпидемии; коронавирус.

Gavrilovchuk Elena Alekseevna,

Teacher-Psychologist, Municipal Educational Institution “Tiraspol Secondary School No. 5”; Member of the Association of Practicing Psychologists of Transnistria, Tiraspol, Moldova

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS IN THE CONTEXT OF A PANDEMIC AND QUARANTINE

Abstract. The article deals with the psychological well-being of older schoolchildren. The author relies on the model of psychological well-being: the level of psychosomatic health, the level of social adaptation, the levels of mental and psychological health. In the course of the study, the indicators of psychological well-being of older students were identified and studied. The components of the concept of “psychological well-being” are studied, taking into account changes in the life of society, in particular those related to the pandemic, quarantine, distance learning and self-isolation. The obtained and processed results allowed us to draw conclusions, to adjust the work program of the psychological service of the school in the conditions of reality.

Keywords: psychological well-being; life satisfaction; psychological health; mental comfort; stress; calmness; anxiety; self-regulation of personality; good health; high school students; pandemic; epidemics; coronavirus.

Обзор литературы показывает, что к проблеме психологического благополучия и психологического здоровья подростков практически все авторы, занимающиеся практической психологией. Данный вопрос является объектом многочисленных научных исследований.

Понятие начало возникать с конца 50-х гг., начало 60-х гг. прошлого века. В работах Н. М. Брэдбурна, Э. Динера, К. Рифф, Б. С. Братуся, И. В. Дубовиной отражена проблематика. В теоретических трудах В. А. Ананьева, О. Е. Хухлаева, З. Фрейда, А. М. Прихожана, В. С. Мухиной, А. Е. Личко, Р. Мэй, В. С. Торохтий, Л. С. Выготского, мы находим подтверждение исследований психологического благополучия. Тема, поднимается и сегодня. Однако она, далеко не изучена. Отсутствует единое определение. В отличие от понятия «психологическое здоровье», термин рассматривается на самоощущении и осмыслении человеком своей жизни, бытия, окружения.

ВОЗ в качестве основы определения «здоровья», рассматривает, понятие «благополучия человека». Поэтому, это не только здоровье (отсутствие болезней), а состояние полного духовного, физического, умственного и социального благополучия. В одном из подходов, выделяют, как понятие: «наслаждение» и «счастье, блаженство» [2]. В медицине, психологии, психотерапии, психологическом консультировании, «психологическое благополучие» рассматривается, как часть здоровья и трактуется как состояние душевного комфорта. «Душевный комфорт по определению на порядки выше комфорта физического тела, умственного комфорта, комфорта разума и ложного эго» [3]. Такое состояние человека выражается в высокой работоспособности, выносливости, социальной адаптации. Психологи могут добавить – гармония с собой и окружающими людьми.

Профессор к.м.н., чл.-корр. Международной педагогической академии Н. К. Смирнов, в своих публикациях говорит, что проявление психологического благополучия, является «открытость окружающему миру, способность испытывать полную гамму чувств, эмоционально переживать, способность эмоционально реагировать на мир и действительность».

Целью нашего исследования стало не только разработка способа оценки уровня психологического благополучия обучающихся. Но и разработка Программы деятельности психологической службы ООО, с учетом изменений жизнедеятельности общества, в частности связанные с пандемией, дистанционным обучением и самоизоляцией.

Объектом исследования явилось психологическое благополучие школьников. Достоверность результатов исследования определяется использованием комплекса методов: наблюдения; беседы; тестирования с помощью надежных и стандартизированных в ПМР и РФ методик, опросников, анкет. Данные обрабатывались с помощью компьютерной программы MS Excell 7.0.

Исследование проводилось в течение 2 лет на базе одной из школ Приднестровья. Исследование было встроено в систему профилактической работы психологической службы учебного заведения.

Разрабатывая модель психологического благополучия, мы отталкивались от выделенных Е. В. Бурмистровой четырех уровневых пространств

бытия человека [1]. Модель представляет «психологическое благополучие» состоящим из четырех уровней:

1) уровня психосоматического здоровья, отражающего взаимосвязь психической и соматической сферы;

2) уровня социальной адаптированности, как состояния уравновешенности с социальной средой;

3) уровня психического здоровья как проявления внутренней целостности и определенности, гармонии с окружающей средой, личностной зрелости, согласия с самим собой;

4) уровня психологического здоровья как отражения способности к нахождению смысла своего существования.

Все уровни в совокупности, и каждый в отдельности, образуют «полноценное здоровье».

Напомним, что у старших школьников проявляются новые грани психических процессов. Которые могут выражаться: в более сложных формах взаимодействия; происходит смена мотивации; авторитарность со стороны родителей и педагогов воспринимается иначе (чаще – «в штыки»); понижении ценности общения в семейном кругу (авторитетами становятся друзья, а не родители); повышается ранимость и восприимчивость к вредным влияниям; теряется доверие к взрослым; поведение может отклоняться от нормы; может изменяться самооценка; оценка окружения и др. Могут обострять отношения с окружающими через: резкие возражения, «выпадки» в поведении, конфликты; проявления эгоцентризма; депрессивные состояния и тревожность.

Однако есть и положительные изменения, происходящие с подростком: проявление чувства взрослости; рост самосознания, самооценки, саморегуляции; повышенное внимание к своей внешности; проявление самостоятельности в приобретении знаний и навыков; появление познавательной мотивации; желание быть не хуже, а лучше других.

Наша программа исследования, изначально преследовала цели – изучить психологического благополучия школьников. А результаты исследования применять в просветительской деятельности психологической службы организации образования.

Исследование началось с сентября 2019-2020 уч. г. Но, в марте 2020 г. Приднестровье, в связи с пандемией, перешло на карантин и дистанционную форму обучения. Цели и программа исследования, были скорректированы.

В исследовании принимали участие обучающиеся 10, 11 классов. Общее количество – 63 респондента.

Сбор эмпирических данных проходил при помощи методик: опросник «Здоровое поведение», Опросник нарушений здорового поведения (Е. Л. Луценко, О. Е. Габелкова), Методика «Индивидуальная модель психологического здоровья», исследования уровня школьной тревожности по методике Б. Филлипса «Шкала школьной тревожности», Методика «Само-

чувствие Активность Настроение» (САН), опросник «Депрессивные состояния», шкала «Эмоциональное благополучие», диагностика «Психологического климата в классе», «Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко», Методика измерения уровня тревожности Тейлора адаптация Т. А. Немчинова. Раскроем некоторые показатели.

Опросник «Здоровое поведение». Тест помогает определить, какие области требуют улучшения. Делится на 6 разделов: курение, алкоголь и наркотики, еда, физические упражнения, стресс-контроль (Stress Control) и безопасность.

Результаты: наибольшее количество баллов по каждой шкале (10 балл), набрали: «Стресс-контроль» – 14,28% (9 чел.); «Безопасность» – 11,11% (7 чел.). Радует, что большая часть респондентов, по разделу «Курение» ответило – «никогда не курил и не пробовал»; по разделу «Алкоголь и наркотики» также большинство ответов «не употребляю».

Методика «Индивидуальная модель психологического здоровья» показала: высокий уровень психологического благополучия выявлен у 9 подростков (14,3%); 32 человека (50,8%) средний уровень; 22 человека (34,9%) продемонстрировали низкий уровень психологического здоровья.

Опросник нарушений здорового поведения (Е. Л. Луценко, О. Е. Габелкова) проводился анонимно, для получения более достоверной информации. Результаты:

- тяга к курению – 9,5% (6 чел.);
- нарушение питания – 33,33% (21 чел.);
- рискованное поведение: пренебрежение безопасностью – 14,28% (9 чел.);
- тяга к алкоголю – 4,76% (3 чел.);
- погоня за модным имиджем: стремление «жить красиво», иметь модельную внешность, соответствовать стереотипам моды и современности, зачастую во вред собственному здоровью – 19,05% (12 чел.);
- низкий самоконтроль – 7,94% (5 чел.);
- эмоциональная некомпетентность: неэффективные способы борьбы со стрессом, как, например, ипохондрия, депрессия, концентрация на негативных эмоциях – 9,5% (6 чел.);
- саморазрушительное поведение: употребление наркотиков, секс без предохранения, опасные эксперименты и т. п. – 0% (отсутствуют).

Результаты исследования уровня школьной тревожности по методике Б. Филлипа – «Шкала школьной тревожности». Самое большое среднее арифметическое значение набрали шкалы:

- «Общая школьная тревожность» (ОШТ) – 17,5%;
- «Переживание социального стресса» (ПСС) – 19,05%;
- «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» (ССОО) – 14,29%.

Низкое среднее арифметическое значение:

– Шкала «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» (НФСС) – 6,35%;

– «Проблемы и страхи в отношениях с учителем» (ПСОУ) – 7,94%.

Общее процентное распределение подростков по уровням общей школьной тревожности составило: средний уровень – 28 учащихся, 44,44%; высокий уровень тревожности – 21 чел., 33,33%; низкий уровень – 14 чел., 22,22%.

Методика «Самочувствие Активность Настроение» (САН). При исследовании, нами использовался второй вариант методики.

Результаты: 33 уч-ся (52,39%) – чаще всего доминирует хорошее настроение; 3 чел. (4,76%) – преобладает плохое настроение; 27 уч-ся (42,86%) – доминирует изменчивое настроение или учащийся, сам не в состоянии оценить свое настроение как хорошее или плохое.

Согласно Рубрикатору, утвержденного в ПМР, в 10-м классе, необходимо провести диагностику психологического климата в классе. В нашем исследовании, мы включили данную методику для всей группы респондентов.

Результаты, представим обобщенным показателем: 65,08% – учащиеся высоко оценивают психологический климат в классе. Им нравятся люди, с которыми они учатся; 7,94% – оценили психологический климат в классе как плохой. Поясним, что в детальном анализе, мы выяснили, что это обучающиеся 10-го класса. У них проходил период адаптации, т. к. десятый класс, это слияние нескольких бывших девятих классов; 26,99% – учащиеся оценивают нейтрально (даже безразлично), т. к. есть другая группа, где общение для них более значимо. Это приятели, друзья, группы по интересам (спорт, музыка, танцы, подготовительные курсы, и пр.). Психологический климат складывается за счет психологической атмосферы. А как показывает практика, учащиеся, которые пошли учиться в 10-11 кл., смотивированы на поступление в вузы, поэтому, рассчитывают только на себя. Свободное время, проводят, где им, действительно комфортно.

Также мы провели диагностику «Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко».

Обобщенные результаты:

– эмоциональный канал эмпатии – 19,05% (12 чел); входить в эмоциональный резонанс с окружающими – сопереживать, соучаствовать;

– проникающая способность в эмпатии – 7,94% (5 чел); важное коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности, душевности;

– идентификация – 33,33% (21 чел); умение понять другого на основе со переживаний, постановки себя на место партнера (легкость, подвижность и гибкость эмоций, способность к подражанию);

– рациональный канал эмпатии – 39,68% (25 чел); направленность на сущность любого другого человека; не следует искать логику или мотивацию интереса к другому.

Методика измерения уровня тревожности Тейлора адаптация Т. А. Немчинова.

Результаты: очень высокий уровень тревожности (повышенная самокритичность, сложности с адаптацией в социуме, трудности в учебе) – 3,17% (2 чел); высокий уровень тревожности (пониженная самооценка и высокая эмоциональность) – 14,28% (9 чел); средний уровень – 30,16% (19 чел); средний уровень, стремящийся к низкому – 52,38% (33 чел.).

В целом по проведенному первому этапу исследования, можно сказать, что «психологическое благополучие» учащихся находилось в хороших показателях (соответствовало возрастной категории респондентов).

Второй этап был сложный. Мы столкнулись с пандемией, дистанционным обучением и самоизоляцией. Работа психологической службы продолжалась дистанционно. Кроме того, в первые недели самоизоляции, мы столкнулись с большим количеством запросов (не только от учащихся, но и педагогов). Страх, паника, боязнь болезни и неизвестности, конфликты в семье, и многие другие запросы поступали постоянно. Обучающиеся 11-го класса, (из них пять медалистов), переживали за вступительную компанию в вузы. Приднестровские выпускники школ, ежегодно по Квотам, поступают в ведущие вузы РФ. Часть школьников планировала поступать в Беларусь, Украину и в европейские образовательные учреждения. Пандемия рушила планы.

Просветительская и консультативная работа велась практически круглосуточно. Именно в этот период, проходил второй этап исследования.

Практики, согласятся с нами, что результаты, полученные ранее, искажали действующие показатели «психологического благополучия». Мы приведем ряд сравнительных показателей (таб. 1).

Таблица 1

Сравнительные показатели

№ п/п	«Индивидуальная модель психологического здоровья» <i>низкий уровень психологического здоровья</i>		Методика Б. Филлипса «Шкала школьной тревожности» <i>«Переживание социального стресса» (ПСС)</i>		Методика Б. Филлипса «Шкала школьной тревожности» <i>уровень общей школьной тревожности (высокий)</i>		Методика САН <i>изменчивое настроение</i>	
	I этап	II этап	I этап	II этап	I этап	II этап	I этап	II этап
1	34,9%	68,25%	19,05%	77,77%	33,33%	65,08%	42,86%	71,43%
	«Индивидуальная модель психологического здоровья» <i>высокий уровень</i>		«Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бой-		Методика Б. Филлипса «Шкала школьной тревожности»		Методика САН <i>хорошее настроение</i>	

	<i>психологического здоровья</i>		ко» <i>«Проникающая способность» в эмпатии</i>		<i>уровень общей школьной тре- возности (сред- ний)</i>			
2	I этап	II этап	I этап	II этап	I этап	II этап	I этап	II этап
	14,3%	----%	7,94%	1,59%	44,44%	33,33%	52,39%	19,05%
3	и такие изменения по всем методикам и показателям							

На основании полученных данных, психологической службой ООО, была разработана Программа психологического консультирования в рамках дистанционной формы обучения и самоизоляции.

Выводы. Психологическое благополучие выражается через психологическое здоровье, эмоциональное благополучие, удовлетворенность жизнью (учебой, общением, бытом), положительными эмоциональными установками и общением, балансом между положительными и отрицательными эмоциями.

Как показала практика, психологическое благополучие, может быстро менять свой вектор, в силу окружающей действительности. Задача психологов – помочь удержать положительную динамику показателей психологического благополучия.

Список литературы

1. Бурмистрова, Е. В. Проектирование профессиональной позиции психологии в образовании : дис. ... канд. психол. наук / Бурмистрова Е. В. – М., 1999.

Шубина Ангелина Сергеевна,

студент, Воронежский государственный университет, г. Воронеж, Россия

Тимофеева Ольга Валерьевна,

кандидат психологических наук, доцент, Воронежский государственный университет, г. Воронеж, Россия

СВЯЗЬ СТРАТЕГИЙ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ С ЭМПАТИЕЙ И РЕФЛЕКСИЕЙ У СТУДЕНТОВ ВУЦ ВГУ

Аннотация. В статье раскрыта актуальность исследования связи стратегий конфликтного поведения с эмпатией и рефлексией у студентов ВУЦ ВГУ, описаны особенности феноменов «стратегии поведения в конфликте», «эмпатия» и «рефлексия», представлены эмпирические результаты исследования связи стратегий конфликтного поведения с эмпатией и рефлексией у студентов ВУЦ ВГУ.

Ключевые слова: конфликтные ситуации; эмпатия; рефлексия; студенты; психология студентов; конфликтное поведение.

Shubina Angelina Sergeevna,

Student, Voronezh State University, Voronezh, Russia

Timofeeva Olga Valeryevna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Voronezh State University, Voronezh, Russia

RELATIONSHIP OF CONFLICT BEHAVIOR STRATEGIES WITH EMPATHY AND REFLEXIA IN STUDENTS OF VUTS VGU

Abstract. The article reveals the relevance of the study of the relationship between strategies of conflict behavior with empathy and reflection among students of the VUTS VGU, describes the features of the phenomena of “strategy of behavior in conflict”, “empathy” and “reflection”, presents the empirical results of the study of the relationship of strategies of conflict behavior with empathy and reflection in students VUTS VGU.

Keywords: conflict situations; empathy; reflection; students; psychology of students; conflicting behavior.

В современном мире людям приходится сталкиваться с различными проблемами, связанными с жизнью в обществе, поэтому человеку как социальному существу необходимо находиться в контакте с другими, встречаясь с их личностными особенностями, спецификой поведения и общения и т. д. Отсюда возможны столкновения, споры, в основе которых лежат противоречия взглядов, мнений. Конфликт как вид межличностного взаимоотношения с окружающими людьми пронизывает все сферы социума, затрагивая каждого человека.

Конфликт – это противоречие, столкновение, противоположно направленных интересов, целей, позиций субъектов взаимодействия, происходящее осознанно или бессознательно сопровождающееся эмоциональными переживаниями.

Область исследования конфликта является междисциплинарной. К концу двадцатого века было опубликовано множество работ, посвященных проблемам данного феномена. Были изучены виды, стратегии конфликтного поведения, причины, возможные функции и др. Общеизвестной типологией стратегий конфликтного поведения выступает подход К. Томаса, где выделяются соперничество, компромисс, сотрудничество, избегание и приспособление [3, с. 55].

Стратегии формируются на основе предыдущего опыта, основываются на анализе ситуации взаимодействия, оценки соперника, собственных ресурсов, после чего выбирается наиболее приемлемая манера поведения для эффективного разрешения конфликта.

В качестве личностных особенностей, имеющих значение для выбора стратегий конфликтного поведения, нами рассматривались эмпатия и рефлексия.

«Эмпатия – это умения поставить себя на место другого, способность к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживание человека» [1, с. 254].

Уровень развития этой эмоциональной особенности способен сказываться в общении с другими, во время выполнения деятельности, а также в процессе восприятия конфликтной ситуации. У людей со склонностью к эмпатии в конфликте объектом внимания начинают выступать переживания другого оппонента, их учет и анализ способен сказываться на выборе стратегии поведения. В динамике это выглядит следующим образом: первоначально у человека имеется ориентация на понимание эмоционального состояния другого, далее человек испытывает сходное с ним чувство, и в последующем проявляет поддержку человеку.

Рефлексия основывается на мыслительной деятельности человека, направленной на его продукты активности, анализ которых требуется для вынесения различных суждений и выводов, а также для внутренней регуляции состояний, процессов, информации [4, с. 423]. В этом случае рефлексия является неотъемлемой частью различных жизненных задач, в которых происходит анализ сложившейся ситуации с последующим принятием решения.

Способность к исследованию продуктов своей активности, представления о себе, об окружающем, безусловно, сказываются в процессе конфликтного взаимодействия, которое возможно расценить как ситуацию, требующую от человека осуществления разрешения основного противоречия. Умение рефлексировать направлено на анализ собственного состояния, чувств, переживаний, то есть на внутренний мир в связи с окружающей обстановкой. Поэтому люди с развитой рефлексией в процессе конфликта оценивают ситуацию, свои действия с точки зрения внутреннего мира другого.

Конфликтная ситуация развивается во внутреннем (личностном) и внешнем (средовом) плане. Стратегии конфликтного поведения, выбираемые индивидом, его эмпатия и рефлексия отнесены нами к внутреннему плану.

В качестве внешнего плана мы рассматриваем условия среды, образ жизни, которые придают специфику восприятию и переживаниям. Нами изучена связь стратегий конфликтного поведения с эмпатией и рефлексией у студентов ВУЦ ВГУ. В военных учебных центрах по сравнению с гражданскими вузами наиболее жестко регламентировано поведение и деятельность студентов. Спецификой обучения студентов ВУЦ является то, что они, с одной стороны, посещают учебные занятия в военной форме, участвуют в построении, взаимодействуют с военными специалистами, а, с другой стороны, живут дома, обучаются гражданским дисциплинам.

В основу существующей работы легли исследования эмпатии у студентов-психологов с разными стратегиями поведения в межличностных отношениях И. А. Кучерявенко [6], и связь рефлексии со стратегиями конфликтного поведения у студентов В. В. Мацута, С. А. Богомаз [8].

В качестве методологической основы исследования выступил принцип системности, введенный в науку Б. Ф. Ломовым, благодаря которому любой объект можно рассматривать как целостную систему, совокупность элементов которых находится во взаимосвязи [7]. Применение этого принципа в нашем исследовании позволило рассмотреть личность как систему, представленную когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферами. В свою очередь, рефлексия является элементом когнитивной сферы, эмпатия – эмоциональной сферы, а стратегии конфликтного поведения – поведенческой.

С целью изучения связи стратегий конфликтного поведения с эмпатией и рефлексией у студентов ВУЦ ВГУ на базе военного учебного центра ФГБОУ ВО «Воронежский государственный университет» было проведено эмпирическое исследование, где объектами являлись юноши ВУЦ ВГУ в количестве 100 человек в возрасте от 18 до 23 лет.

В качестве гипотезы выступает предположение о разном направлении связи стратегий конфликтного поведения с уровнем эмпатии и рефлексии у студентов ВУЦ ВГУ, а именно:

- 1) прямая связь имеется у стратегий сотрудничества, компромисса и приспособления с уровнем эмпатии и у стратегий сотрудничества и компромисса с уровнем рефлексии, т. е. чем больше выражены указанные стратегии, тем выше уровень эмпатии и рефлексии, и наоборот;
- 2) обратная связь имеется у стратегий избегания и соперничества с уровнем эмпатии и у стратегий соперничества, избегания и приспособления с уровнем рефлексии, т. е. чем больше выражены указанные стратегии, тем меньше уровень эмпатии и рефлексии, и наоборот.

Методом сбора эмпирической информации выступил стандартизированный самоотчет, реализованный следующими конкретными методиками.

1. Тест-опросник К. Томаса «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях» (адаптация Н. В. Гришиной) [2, с. 164].

2. Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии И. М. Юсупова [9, с. 112].

3. Тест-опросник диагностики уровня развития рефлексивности А. В. Карпова [5, с. 78].

По результатам тест-опросника К. Томаса «Стратегии поведения в конфликте» (адаптация Н. В. Гришиной) было обнаружено, что наиболее предпочитаемой и более выраженной является стратегия компромисса. Она в чистом виде встречается у 19% обучающихся, а также у 53% в сочетании с другими формами поведения в конфликте. Следующей идет стратегия сотрудничества, которая имеется у 7% студентов как более выраженная и у 40% выборки в сочетании с другими. Избегание встречается у 6% респондентов как более предпочитаемая стратегия и у 39% в сочетании с другими. Стратегия приспособления у студентов ВУЦ ВГУ в чистом виде имеется у 2% выборки, а в сочетании с другими – у 42%. Выраженная стратегия соперничества встречается у 8% студентов, а у 29% респондентов в сочетании с другими.

Анализ результатов, полученных с помощью тест-опросника И. М. Юсупова «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии» показал, что у 44% студентов ВУЦ ВГУ имеется средний уровень эмпатии, у 40% – повышенный, у 12% – низкий, у по 2% – очень низкий и очень высокий.

Результаты по тест-опроснику «Диагностика уровня развития рефлексивности» А. В. Карпова свидетельствуют о том, что большая часть студентов имеет средний уровень развития рефлексии (71%), оставшиеся – высокий (15%) и низкий (14%).

Для установления направленности связи между стратегиями конфликтного поведения и уровнем эмпатии использовался корреляционный анализ (коэффициент линейной корреляции Пирсона).

Вычисленные коэффициенты линейного корреляционного анализа Пирсона представлены в таблице 1.

Таблица 1

Значения коэффициентов линейной корреляции Пирсона стратегий поведения в конфликтных ситуациях и уровня эмпатии

Название шкал	Избегание и эмпатия	Компромисс и эмпатия	Приспособление и эмпатия	Соперничество и эмпатия	Сотрудничество и эмпатия
Значение коэффициента корреляции (r)	-0,3058	0,3261	0,1985	-0,7525	0,4828
Величина критерия Стьюдента (t)	3,179**	3,415**	2,005*	11,31**	5,458**

* – уровень значимости 0,05

** – уровень значимости 0,01

Полученные значения свидетельствуют о том, что имеется прямая линейная корреляционная связь стратегий сотрудничества, компромисса с эмпатией, и обратная корреляция между соперничеством, избеганием и эмпатией у студентов ВУЦ ВГУ. Однозначный вывод о связи эмпатии и приспособления мы сделать не можем, так как значение попало в область неопределенности.

Для установления направленности связи между стратегиями конфликтного поведения и рефлексией использовался корреляционный анализ (коэффициент линейной корреляции Пирсона). Результаты наглядно представлены в таблице 2.

Полученные данные указывают на то, что у студентов ВУЦ ВГУ имеют место быть различные сочетания стратегий конфликтного поведения и показателей развития рефлексии. Отсутствие статистически значимой связи позволяет говорить о том, что среди студентов ВУЦ ВГУ есть те, кто при выборе стратегий ориентируется на собственную личность: настроение, ценностную иерархию, принципы, уровень владения стратегией и т. п. При этом есть студенты, которые при выборе стратегии не учитывают, насколько она им сейчас удобна или подходит.

Таблица 2

Значения коэффициентов линейной корреляции Пирсона стратегий поведения в конфликтных ситуациях и уровня рефлексии

Название шкал	Избегание и рефлексия	Компромисс и рефлексия	Приспособление и рефлексия	Соперничество и рефлексия	Сотрудничество и рефлексия
Значение коэффициента корреляции (r)	0,0678	0,1389	-0,0478	-0,1399	0,0791
Величина критерия Стьюдента (t)	0,673	1,388	0,474	1,398	0,785

* – уровень значимости 0,05

** – уровень значимости 0,01

Таким образом, мы выяснили, что у студентов ВУЦ ВГУ эмпатия имеет прямую корреляцию с сотрудничеством и компромиссом, и обратную с избеганием и соперничеством. Вследствие этого, чем больше уровень эмпатии, тем выше проявление стратегии компромисса и сотрудничества. И, наоборот, чем меньше уровень эмпатии, тем чаще человек использует избегание и соперничество. Связь со стратегией приспособления на уровне значимости 0,01. Это нам дает основание сделать вывод о том, что процесс эмпатии помогает раскрыть и увидеть мнение другого человека, его позицию,

но при этом, не полностью основываться лишь на его интересе, игнорируя собственный, а попытаться найти взаимовыгодные решения. Получается, что именно эмпатия способствует более эффективному пониманию между людьми, а ее отсутствие может повлечь за собой различные ошибки восприятия и формирование искаженного впечатления и т. д. Между стратегиями конфликтного поведения и уровнем рефлексии у студентов ВУЦ ВГУ не выявлено статистически значимых корреляций. Это означает, что им свойственно разное сочетание стратегий и уровней рефлексии.

Список литературы

1. Басова, А. Г. Понятие эмпатии в отечественной и зарубежной психологии / А. Г. Басова // Молодой ученый. – 2012. – № 8 (43). – С. 254-256.
2. Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – СПб. : Питер, 2008. – 544 с.
3. Емельянов, С. М. Практикум по конфликтологии / С. М. Емельянов. – СПб. : Питер, 2004. – 400 с.
4. Зинченко, В. П. Психологический словарь / В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. – 4-е изд. – М. : АСТ, 2009. – 811 с.
5. Карпов, А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А. В. Карпов. – М. : ИП РАН, 2004. – 424 с.
6. Кучерявенко, И. А. Изучение эмпатии у студентов-психологов с разными стратегиями поведения в межличностных отношениях / И. А. Кучерявенко // Молодой ученый. – 2012. – № 12 (47). – С. 415-416.
7. Ломов, Б. Ф. Системность в психологии / Б. Ф. Ломов. – М. : Изд-во Моск. психолого-социального ин-та, 2011. – 423 с.
8. Мацута, В. В. Связь рефлексии и социального интеллекта у студентов первого курса / В. В. Мацута, С. А. Богомаз // Сибирский психологический журнал. – 2014. – № 51. – С. 53-64.
9. Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М. : Институт Психотерапии, 2002. – 490 с.

Талипова Олеся Азатовна,

кандидат психологических наук, доцент, Казанский инновационный университет им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП), г. Казань, Россия

Коткова Ангелина Олеговна,

студент, Казанский инновационный университет им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП), г. Казань, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ УЧАЩИХСЯ С ОВЗ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы по управлению развитием детского коллектива в условиях инклюзии, рассматриваются варианты различных форм и методов работы с родителями, необходимых для обеспечения психологического благополучия детей с ОВЗ, обращается внимание на осуществление педагогического просвещения родителей.

Ключевые слова: инклюзивное образование; инклюзии; инклюзивная образовательная среда; особые образовательные условия; психологическое благополучие; ограниченные возможности здоровья; ОВЗ; дети с ограниченными возможностями здоровья; учебный процесс; толерантность.

Talipova Olesya Azatovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Kazan Innovative University named after V.G. Timiryasov, Kazan, Russia

Kotkova Angelina Olegovna,

Student, Kazan Innovative University named after V.G. Timiryasov, Kazan, Russia

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS WITH DISABILITIES IN THE CONDITIONS OF INCLUSIVE EDUCATION

Abstract. The article discusses the issues of managing the development of the children's collective in conditions of inclusion, considers options for various forms and methods of working with parents necessary to ensure the psychological well-being of children with disabilities, draws attention to the implementation of pedagogical education of parents.

Keywords: inclusive education; inclusion; inclusive educational environment; special educational conditions; psychological well-being; disabilities; HVD; children with disabilities; educational process; tolerance.

До недавнего времени образовательная система была ориентированной на тех детей, которые способны обучаться по общей для всех программе. В результате получилось так, что дети с особыми образовательными потребностями не были задействованы в общем образовательном процессе. Этот вопрос должно разрешить инклюзивное образование. Вне сомнений, проблема образования детей с ограниченными возможностями здоровья – одна из актуальнейших в современном обществе.

В рамках модернизации системы образования было предложено создание образовательной среды, которая обеспечила бы доступность качественного образования для всех лиц с ограниченными возможностями здоровья, учитывая особенности их психофизического развития и состояния здоровья.

Образовательные стандарты нового поколения определяют целью современного образования гармоничное, всестороннее развитие здоровой и адаптированной личности ребенка. Для достижения данной цели в отношении детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательных учреждениях, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы, важно создавать необходимые условия, учитывающие особенности обучающихся и обеспечивать полноценное включение данной категории детей в массовый процесс обучения [1, с. 260].

Главным положением инклюзии является наличие грамотно организованной комплексной системы, состоящей из психологического, медицинского и педагогического сопровождения, которая включала бы (кроме очевидных индивидуальных программ обучения и необходимого материально-технического оснащения) такую важную составляющую, как работа с окружением, в которое будет интегрирован ребенок. Одной из главных задач успешного включения школьника с ограниченными возможностями здоровья в образовательный процесс должно быть создание высокого уровня психологического благополучия у детей.

Показателем приспособленности личности и психологического здоровья будет являться субъективное благополучие, под которым понимается эмоционально-оценочное отношение ребенка к своей жизни, своей личности, взаимоотношениям с другими и удовлетворенность различными сферами жизнедеятельности [2, с. 84].

Создание условий для психологического благополучия детей с ограниченными возможностями здоровья заключается в организации наиболее благоприятной среды для развития, которая учитывает индивидуальные особенности, нужды ученика, способствует его психологическому комфорту и максимальной включенности в деятельность. Одной из основных идей инклюзии является взаимодействие детей с нормотипичными одноклассниками.

Педагогический процесс любой образовательной организации предполагает как заботу о благополучии детей, так и реализацию принципов воспитания и обучения, развитию необходимых жизненных навыков, индивидуальных качеств и способностей детей.

До недавних пор в образовательной системе привыкли сглаживать различия и игнорировать личностные особенности, потому что воспитывать ничем не отличающихся друг от друга детей проще, чем разных. Сегодня необходимо корректировать образовательный процесс, чтобы эффективно решать задачу образования особенных детей вместе с другими.

На практике возникает множество вопросов. Каким образом совместить в образовательном процессе требования образовательной программы и различные особенности конкретных учеников, которым нужно ее освоить? Как учесть все особенности при построении индивидуального плана для ребенка, и при планировании групповой работы? Как именно сделать педагогический процесс и взаимодействие учеников качественным и комфортным, при этом учитывая их индивидуальные различия? Как обеспечить психологическое благополучие детям с ограниченными возможностями здоровья?

Принимая во внимание такую задачу, следует решить вопрос об изменении подходов педагогики, которая становится инклюзивной. Но инклюзивность заключается не только в том, чтобы дети с ограниченными возможностями здоровья были включены в устоявшийся процесс получения знаний, умений и навыков вместе с нормально развивающимися детьми, но в том, чтобы образовательный процесс велся с учетом индивидуальных различий детей, что, в свою очередь, обуславливает создание принципиально новых форм и методов организации обучения.

К целям формирования совместной деятельности относятся:

- организация тесной связи между детьми и взрослыми, основанной на уважении к личности и индивидуальным особенностям каждого члена группы;
- развитие способности устанавливать и поддерживать общение с различными людьми;
- развитие навыка поддержки и взаимопомощи;
- формирование адекватной культуры общения, позитивного эмоционального климата;
- формирование навыка целеполагания, умения находить общий язык, договариваться, распределять роли и обязанности;
- формирование всех видов деятельности;
- развитие навыков саморегуляции и самообслуживания.

Совместное обучение способствует формированию у нормально развивающихся детей положительных качеств личности, обогащению их социального (нравственного и коммуникативного) опыта. Дети становятся добрее, внимательнее друг к другу, ответственнее за своего товарища с ОВЗ, проявляют сочувствие и гуманность. Среди психологических преимуществ родители отмечают отсутствие чувства превосходства у нормально развивающихся детей и комплекса неполноценности у детей с нарушением развития.

Трудностью реализации инклюзивной практики в образовательном учреждении, является нехватка специализированных кадров. Наблюдается психологическая неготовность некоторых педагогов к принятию ребенка с ограниченными возможностями здоровья. В таком случае следует говорить о формировании толерантного отношения к ученикам с особыми образовательными потребностями, а также ознакомить с главными ценностями, зада-

чами и формами организации инклюзивной системы. Одной из главных задач является коррекция устоявшегося мнения взрослых об особенных детях.

Задачи обучения тех детей, которые развиваются нормально, и тех, кто имеет особенности в развитии, являются одинаковыми, едиными, но способы и пути к их достижению будут отличаться. Они определяются благодаря комплексной психолого-медико-педагогической диагностике детей с дальнейшей разработкой и применением индивидуально ориентированных программ коррекции и социализации, способов и форм воспитания. Совместная работа специалистов делает модель инклюзивного образования жизнеспособной и продуктивной, путем слаженного взаимодействия между ними, что будет способствовать качественному пониманию проблем детей с особыми образовательными потребностями.

Поддержка семьи, друзей и одноклассников является важным фактором, который влияет на психологическое благополучие школьников с особыми образовательными потребностями. К факторам социально-психологического характера можно отнести открытость и доверие в межличностных отношениях, ощущение своей значимости в группе, поддержка инициативы общения за пределами привычного круга семьи.

Воспитательная деятельность реализуется в тесном сотрудничестве с родителями учеников: активно вводятся инновационные методы семейно-ориентированного сопровождения, в основе которого лежит семейное консультирование, семейно-ориентированная психотерапия, детско-родительские группы, что будет способствовать включению взрослых в качестве активных членов во все этапы коррекционно-развивающего процесса. Родители являются первыми и главными воспитателями детей, поэтому очень трудно взрастить в ребенке толерантность, если родители откажутся быть союзниками учителей в решении этой проблемы. Семья – это то место, где ребенок получает первый опыт взаимодействия с людьми, учится слушать мнение других, с уважением и заботой относиться к социальному окружению. Именно поэтому для формирования толерантности и уважительного поведения огромное значение будет иметь личный пример близких людей. Зачастую родители учат детей неприязни, даже не осознавая этого. Ребенок перенимает оценки взрослого, воспринимает их негативное отношение к тем, кто отличается.

В связи с этим возникает необходимость целенаправленной работы с родителями воспитанников по развитию у них толерантного отношения к детям с ограниченными возможностями здоровья. Это не место педагога, чтобы перевоспитывать родителей, но скорректировать их действия по отношению к ребенку и другим людям в ходе специальной работы вполне возможно.

К другим факторам образовательного пространства, положительно влияющим на удовлетворенность жизнью, относятся участие во внеклассных мероприятиях и чувство привязанности детей к своему классу и шко-

ле. Участие в жизни классного коллектива, положительные взаимоотношения с одноклассниками являются ключом к реализации социально-психологической функции, которая напрямую влияет на психологическое благополучие ребенка.

Характерологической особенностью ученика с ограниченными возможностями здоровья является обостренное желание утвердиться в обществе, добиться от сверстников и взрослых признания своих прав и возможностей. Для детей типично стремление получить признание факта их взросления.

Потребность детей в независимости и самостоятельности, болезненное самолюбие и обидчивость является следствием переоценки собственных возросших возможностей. Повышенная критичность по отношению к взрослым, острая реакция на попытки окружающих умалить их достоинство, принизить их взрослость, недооценить их правовые возможности являются причинами частых конфликтов в подростковом возрасте [3, с. 7].

Ориентированность на общение с нормотипичными одноклассниками часто сочетается со страхом быть отвергнутым ими. Психологическое благополучие ребенка с ограниченными возможностями здоровья напрямую зависит от места, занимаемого в коллективе, и определяется отношением и оценками окружающих.

Как правило, школьники, которые имеют высокий уровень психологического благополучия, имеют высокий уровень привязанности к одноклассникам. Чем более отчужденно ученик ощущает себя в коллективе, тем ниже его уровень психологического благополучия [4, с. 88].

В повседневной деятельности воспитываются открытость и уважение к людям, прививается способность понимать других детей, сохраняя при этом индивидуальность. Но главными целями являются организация сотрудничества, общение, гармонизация отношений между детьми с ОВЗ и здоровыми воспитанниками.

Проблема обучения ребенка с ограниченными возможностями здоровья в образовательной системе требует осторожного, чуткого и плавного подхода, так как известно, что не каждый ребенок, имеющий нарушения в развитии, сможет успешно включиться в среду здоровых ровесников. Индивидуальный путь обучения заключается в методическом плавном включении таких детей в коллектив ровесников при помощи взрослого, что, несомненно, требует от учителя новых психологических приемов. Они необходимы для развития у детей с ограниченными возможностями здоровья умения общаться и взаимодействовать в целом коллективе. Детям с ОВЗ удастся реализовать свой потенциал лишь в случае своевременно начатого и грамотно организованного процесса обучения, удовлетворения и общих, и особых образовательных потребностей, которые обусловлены характером их нарушения. Основные тенденции развития инклюзивного образования ориентированы на формирование полноценного пространства

развития ребенка и организацию комплексного сопровождения его индивидуального развития.

Таким образом, психологическое благополучие школьников является важным условием формирования учебной деятельности. Оно является неотъемлемой частью процесса формирования мотивации личности и зависит от успешности взаимодействия с учителями и одноклассниками. Все это доказывает необходимость повышения уровня психологического благополучия детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования для наиболее успешного включения их в образовательную среду.

Список литературы

1. Максакова, Л. В. Повышение психологического благополучия у школьников с ОВЗ в условиях инклюзивного образования / Л. В. Максакова, Г. С. Айрумян, Л. П. Кочина, Р. Р. Баширова. // Молодой ученый. – 2019. – № 27. – С. 260-261.
2. Шамионов, Р. М. Субъективное благополучие личности как субъекта социального бытия / Р. М. Шамионов // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2014. – № 1-1. – С. 80-86.
3. Водяха, С. А. Психологическое благополучие учащихся / С. А. Водяха // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве : сборник научных статей. – Екатеринбург, 2013. – С. 5-11.
4. Подольский, А. И. Психоэмоциональное благополучие детей и подростков : учебно-методическое пособие для учителей и родителей / А. И. Подольский, О. А. Идобаева. – М. : Арманов-центр, 2009. – С. 87-89.

Фадеева Ольга Валентиновна,

кандидат педагогических наук, доцент, Мордовский государственный педагогический университет им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск, Россия

Кручинкина Виктория Ивановна,

магистрант, Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, г. Саранск, Россия

ОСОБЕННОСТИ САООТНОШЕНИЯ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Аннотация. В статье рассматриваются некоторые из подходов к изучению самооотношения, в том числе профессионального. Авторами статьи представлены результаты исследования самооотношения учителей начального общего образования с разным педагогическим стажем.

Ключевые слова: профессиональное самооотношение; педагогическая деятельность; педагогический стаж; учителя начальных классов; начальная школа.

Fadeeva Olga Valentinovna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Mordovian State Pedagogical University named after M.E. Evseviey, Saransk, Russia

Kruchinkina Viktoria Ivanovna,

Master's Degree Student, Mordovian State Pedagogical University named after M.E. Evseviey, Saransk, Russia

FEATURES OF SELF-ATTITUDE OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS

Abstract. The article discusses some of the approaches to the study of self-attitude, including professional. The authors of the article present the results of a study of the self-attitude of teachers of primary general education with different teaching experience.

Keywords: professional self-attitude; pedagogical activity; teaching experience; primary school teachers; primary school.

В рамках современных исследований в области педагогической психологии и акмеологии отечественными учеными делается акцент на изучении личности учителя в рамках его профессионального становления и развития. Одним из показателей которого является отношение педагога к самому себе. Уровень развитости самооотношения учителя находит отражение во всех аспектах его профессиональной деятельности – к самому себе как субъекту, к своей деятельности, к результату образованности воспитанников. В контексте существенных изменений происходящих в системе образования важно помочь учителям сформировать позитивное самооотношение, которое позволит им реализовать личностный потенциал, стать психологически благополучными и проектировать все это на развитие личности воспитанника.

Анализ существующих подходов. Философско-психологический аспект рассмотрения самоотношения представлен В. Т. Кудрявцевым. Культура как самоотношение, по мнению автора, выступает «медиатором человеческой свободы, как способ самоотношения человека, в котором обнаряживает себя его творческий потенциал» [1, с. 121].

Профессиональное самоотношение, как отмечают ряд исследователей (А. В. Котенева и др.), «отражает степень удовлетворенности собой как профессионалом, своими собственными профессиональными навыками, знаниями, умениями, способностями, собственной ценностью как специалиста, своей профессиональной деятельностью в целом» [2, с. 21].

К выводу об удовлетворенность учителя своими успехами как доминирующей основе развития позитивного самоотношения приходит в своем исследовании О. Б. Смирнова. При этом автор вполне справедливо подчеркивает субъективность процесса удовлетворенности. Поскольку может наблюдаться рассогласование между субъективной и объективной удовлетворенностью выполняемой профессиональной деятельности, что не всегда приводит к развитию позитивного самоотношения. Также в исследовании отмечается, что при позитивном самоотношении у учителей становится характерным преобладание мотивации достижения успеха и низкая степень профессионального выгорания [3].

Среди условий, обозначенных в исследовании И. П. Посашковой, как значимых в обеспечении позитивных изменений в самоотношении учителя, следует выделить такие как развитие рефлексивных умений; формирование социально-психологических аттитудов, направленных на себя и на других, способствующих успешной самореализации [4].

Методология и методы исследования. Мы предположили, что у учителей начального общего образования изменяется самоотношение в зависимости от педагогического стажа работы. Для проверки данной гипотезы на базе ГБОУ «Саранская общеобразовательная школа для детей с ограниченными возможностями здоровья » и МОУ «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов № 24» г. о. Саранск было проведено исследование, в котором приняли участие 18 учителей начальной школы, возраст которых варьировался от 23 до 52 лет. Из них 9 учителей со стажем педагогической работы от 2 до 10 лет, 9 педагогов со стажем от 11 до 25 лет.

В рамках исследования были проведены следующие методики: «Тест-опросник самоотношения» В. В. Столина и С. Р. Пантисеева; «Опросник поведения и переживания, связанного с работой» У. Шааршмидта и А. Фишера (модификация Т. И. Рогинской).

Результаты исследования. Статистический анализ результатов, полученных по опроснику самоотношения, показал, следующие результаты: уровень самоотношения по интегральной шкале составляет 77,6 у педагогов с опытом работы до 10 лет и 71,6 балла у педагогов с опытом работы

от 11 лет. Далее по тексту соотношение баллов также указывается в пропорции опыта до 10 лет и от 11 лет.

Средние баллы по шкалам распределились следующим образом: уровень самоинтереса – 74,3 / 66,1 балл. Учителя объясняют это тем, что много времени отдают профессиональной деятельности, что приводит к обеднению других интересов, поэтому и снижается интерес к самому себе вне работы. Самоуважения – 70,7 / 76,5; учителя отмечают, что во многом на уровень самоуважения оказывают влияние окружающие люди, в том числе родители, администрация. Аутосимпатия – 71,6 / 68,9 балла; ожидаемое отношение от других – 76,5 / 71,8 балла.

По шкалам, измеряющим выраженность установки на внутренние действия в адрес своего Я, были получены следующие результаты: самопринятие – 72,5 / 76,5 балла; самоуверенность – 76,1 / 70,4 балла; самопонимание – 74,3 / 76,9 балла; саморуководство – 72,3 / 70,2 балла.

В целом по всем шкалам большее количество баллов отмечается у группы учителей со стажем работы до 10 лет. Однако, по показателям «самоуважение», «самопринятие» и «самопонимание» в группе учителей со стажем работы от 11 лет баллы выше, чем в группе учителей со стажем работы до 10 лет. Объясняется это во многом рядом психологических новообразований, возникающих в период средней зрелости, описанных в исследовании Л. Е. Адамовой. Автор отмечает, что в этот период «осуществляется пересмотр и переоценка жизненных установок и ценностей; происходит осмысленный выбор жизненной стратегии и готовность принять его последствия; осуществляется переориентация мотивов для следующей жизненной ступени; самоотношение приобретает рассудочный и критический характер и строится на самоуважении» [5, с. 14].

Сравнение показателей «Опросника поведения и переживания, связанного с работой» между двумя выборками учителей выявило различия средних значений по шкалам «Стремление к совершенству» и «Тенденция к отказу в случае неудачи». По этим показателям в группе учителей со стажем от 11 лет средние значения баллов ниже, чем во второй группе. То есть более молодым учителям свойственно стремление к совершенствованию в профессиональной деятельности и они более устойчивы к разного рода неудачам, более целеустремленные.

По другим показателям отношения к работе (профессиональные притязания, готовность к энергетическим затратам, дистанция по отношению к работе, активные стратегии совладания, способность сохранять спокойствие, чувство успешности в профессиональной деятельности, удовлетворенность жизнью и чувство социальной поддержки) в двух группах учителей не обнаружены существенные отличия. Полученные значения находятся в диапазоне среднего нормативного уровня.

Вывод. На первом этапе исследования выявлено, что у учителей обеих выборок проявляются особенности самоотношения, отражающие, в том

числе, в реализации задач профессиональной деятельности. Таким образом, можно констатировать, что стаж педагогической работы отражается на показателях самоотношения учителей начального общего образования.

Список литературы

1. Адамова, Л. Е. Изменение самоотношения личности в ситуациях успеха и неуспеха в учебной и профессиональной деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. Наук / Адамова Л. Е. – Ставрополь, 2003.
2. Кудрявцев, В. Т. Культура как самоотношение / В. Т. Кудрявцев // Культурно-историческая психология. – 2016. – Т. 12, № 3. – С. 113-128.
3. Посашкова, И. П. Психологические особенности самоотношения современного учителя и условия его позитивного развития : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Посашкова И. П. – М., 2004.
4. Профессиональное самоотношение и адаптация сотрудников уголовно-исполнительной системы / А. В. Котенева, А. В. Кокурин, А. В. Литвинова, А. В. Гончаренко // Психология и право. – 2020. – Т. 10, № 3. – С. 20-35.
5. Смирнова, О. Б. Развитие самоотношения в структуре Я-концепции учителя начальных классов : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Смирнова О. Б. – М., 2009.

Максимова Людмила Александровна,

кандидат педагогических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Хафизова Татьяна Анатольевна,

магистрант, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ УЧАЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Аннотация. В статье рассматривается проблема повышения уровня тревожности учащихся раннего юношеского возраста в ситуации дистанционного обучения. На основании полученных данных, была определена необходимость проведения мер, направленных на снижение тревожности с учетом современных условий дистанционного обучения.

Ключевые слова: подростки; подростковая тревожность; коррекция тревожности; психокоррекционная работа; психолого-педагогические программы; дистанционное обучение; дистанционные образовательные технологии.

Maksimova Lyudmila Alexandrovna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Khafizova Tatyana Anatolyevna,

Master's Degree Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PROGRAM FOR REDUCING THE LEVEL OF ANXIETY OF STUDENTS IN CONDITIONS OF DISTANCE INTERACTION

Abstract. The article deals with the problem of increasing the level of anxiety among early adolescent students in a situation of distance learning. Based on the data obtained, it was determined the need for measures aimed at reducing anxiety, taking into account the modern conditions of distance learning.

Keywords: adolescents; adolescent anxiety; correction of anxiety; psychocorrectional work; psychological and educational programs; distance learning; distance learning technologies.

В современной психологии проблема тревожности является актуальной и широко исследуемой. Этой теме посвящены труды известных зарубежных психологов З. Фрейда, А. Фрейд, Ч. Спилбергер. Тревожность в юношеском возрасте изучали А. М. Прихожан, С. А. Кулаков, И. С. Кон, В. М. Астапов, В. Р. Кисловская и др. Тревожность изучается с научной точки зрения с 1927 г., когда вышло 3 статьи, за 2020 г. на сайте Elibrary.ru опубликовано 609 статей по ключевому поиску «личная тревожность», что подтверждает повышенный интерес к изучению данного психологического феномена.

«Тревозность» выступает не только как одно из основных свойств личности, но и как фактор, определяющий ее развитие (С. Салливен)».

Это состояние, впервые возникнув в раннем возрасте, как последствие на встречу с неблагоприятной социальной средой постоянно сопровождает человека на протяжении всей жизни, то активизируясь, то снижаясь. К раннему юношескому возрасту психологический конструкт личности формируется уже в достаточной мере, поэтому тревожность либо становится в дальнейшем частью личности, либо субъект вырабатывает механизмы управления ею [10].

Переживаемые сейчас всем человечеством события, связанные с COVID-19, приводят к тому, что «непосредственным психологическим откликом на ситуацию пандемии могут стать тревога, неопределенность, страх, беспокойство. Их сочетание и невозможность быстрого разрешения сложившихся обстоятельств способны формировать стрессовую реакцию» [11].

Исследовательская работа осуществлялась в период апрель-май 2020 г. в период самоизоляции. Целью исследования явилось научное обоснование, разработка и экспериментальная проверка психолого-педагогической программы снижения тревожности у школьников раннего юношеского возраста в условиях дистанционного взаимодействия.

Гипотеза исследования состоит в предположении, что в дистанционном взаимодействии снижение уровня тревожности возможно при применении психолого-педагогической программы, если будут соблюдаться условия: в работе со старшеклассниками применяются методы психологической коррекции, основанные на использовании приемов телесной, нарративной и арт-терапии, рефлексии, визуализации, аутогенной тренировки.

Методы исследования: а) методика «Шкала тревожности» О. Кондаша; б) методика Д. Тейлора «Шкала тревожности» в модификации В. Г. Нокаридзе; в) методика Ч. Д. Спилбергера в модификации А. Д. Андреевой «Опросник исследования тревожности у старших подростков и юношей»; г) методы математической статистики: критерий Вилкоксона.

База экспериментального исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 98 г. Екатеринбургa.

Описание выборки исследования: в эксперименте приняли участие обучающиеся девятых классов. Экспериментальную группу составили учащиеся с повышенным уровнем тревожности – 16 человек.

Исследование проходило в несколько этапов. На начальном этапе исследования, нами было проведено психодиагностическое исследование группы учащихся девятых классов в составе 41 человека с целью определения уровня тревожности. На основании полученных данных, были определены: группа школьников, которые продемонстрировали заведомо социально одобряемые ответы; группа ребят, которые испытывают повышенный

уровень тревожности; группа ребят, у которых средний и низкий уровень тревожности. В связи с этим в состав экспериментальной группы вошли обучающиеся с повышенными показателями уровня тревожности. Для экспериментальной группы определена необходимость проведения коррекционных мер, направленных на снижение уровня тревожности. С этой целью была разработана программа, предназначенная для снижения тревожных проявлений у старшеклассников. Особенностью программы является проведение занятий в дистанционной форме. Для участников программы были определены минимальные технические условия обеспечения видеосвязи и навыки компьютерной грамотности. По результатам разработанной анкеты, все участники указали, что имеют необходимую аппаратуру дома и владеют всеми необходимыми навыками, предъявляемыми программой.

Программа состоит из 10 занятий. Занятия направлены на овладение приемами саморегуляции эмоционального состояния, повышение самооценки, развитие конструктивных способов межличностного взаимодействия. Занятия проводились по два раза в неделю в течение пяти недель с обучающимися, составившими экспериментальную группу исследования. Упражнения программы выполняются в творческой, ролевой форме, которые способствуют созданию доброжелательной и психологически комфортной атмосферы. На занятиях предусмотрены релаксирующие упражнения, которые позволяют переключать внимание участников с внутреннего эмоционального напряжения на внешнюю деятельность. Задания от занятия к занятию носят усложняющийся характер. Они предусматривают саморефлексию эмоций, чувств, телесных ощущений, самоанализ мыслей, представлений, действий. Творческие задания направлены на раскрытие своей уникальности, индивидуальности. Проективные рисуночные методики позволяют отслеживать динамику эмоционального напряжения в ходе занятий, программы. Юноши и девушки учатся регулировать свое эмоциональное состояние, понимать и принимать себя, формировать чувство уверенности, самооценности. Система домашних заданий способствует изменить интерьер участника предметами позитивного и одобряющего воздействия, обеспечивает пролонгацию поддерживающего отношения.

По завершению комплекса занятий, предусмотренных программой, была проведена повторная диагностика состояния тревожности девятиклассников в обеих группах. Полученные данные послужили материалом для анализа эффективности психолого-педагогического воздействия с использованием методов математической статистики.

Разработанная психолого-педагогическая программа снижения состояний тревожности у обучающихся 9 классов содержит в своей структуре:

- пояснительную записку, с обоснованием необходимости коррекции и профилактики личностной тревожности у старшеклассников, используемого психодиагностического инструментария, необходимые условия для дистанционного формата реализации программы;

- тематический план, содержащий темы занятий;
- описание содержания и последовательности заданий каждого занятия.

Режим занятий: данная программа состоит из 10 занятий и рассчитана на срок 5 недель. Продолжительность занятия рассчитано на 40-50 минут. Занятия проводятся два раза в неделю.

Форма проведения занятий: занятия проводятся по принципу социально-психологического тренинга в дистанционном варианте взаимодействия. Обучающиеся выходят в онлайн встречу во второй половине дня, находясь в домашней обстановке. Оптимальное количество занимающихся в группе 10-20 человек. Каждому участнику необходимо для обеспечения связи иметь аппаратуру и владеть необходимыми навыками компьютерной грамотности. Основная форма работы – коррекционно-развивающие занятия с использованием упражнений, творческих заданий, психотехник (нарративы, мышечная релаксация, сказкотерапия).

Методической основой работы послужили методические рекомендации авторов книг: И. В. Вачкова [1], О. В. Евтихова [5], В. Э. Пахальян [8], А. А. Осиповой [7], Н. Т. Оганесян [6] и других [2; 3; 4; 8].

Используемые методы:

- сюжетно-ролевые методы;
- метод группового взаимодействия;
- проективные методы;
- методы телесной терапии;
- арт-терапия.

Программа состоит из следующих блоков:

1. Организационно-познавательный (2 занятия).
2. Коррекционно-развивающий (6 занятий).
3. Аналитико-рефлексирующий (2 занятия).

Конструкт каждого занятия предусматривает упражнения на саморегуляцию, повышение самооценки, развитие конструктивного общения. Занятия содержат задания для самостоятельной домашней работы, направленной на закрепление позитивного воздействия от встречи.

Первое занятие начинается с принятия правил группового взаимодействия, что служит формированию положительных стратегий в межличностном общении. Упражнения первого блока направлены на осознание участниками своей ценности и уникальности каждого человека. С помощью геометрического теста, анкеты и опросника участники получают дополнительную информацию о себе, получают мотивационный настрой на более глубокое изучение своей личности.

Второй блок развивает коммуникативные навыки, способы деятельности в конфликтной ситуации. Сюжетно-ролевые задания служат для получения социального опыта самопрезентации.

Третья часть программы направлена на закрепление навыка самоанализа своих эмоций, чувств, проявлений. Старшеклассники анализируют

свои слабые и сильные стороны характера, осуществляют поиск личных ресурсов для компенсации слабых сторон.

Программа ориентирована на гибкость и вариативность применения. Программу можно модифицировать с учетом обстоятельств. Занятия на усмотрения психолога можно проводить 1 раз или 2 раза в неделю. Домашние задания тоже можно трансформировать в отдельные занятия.

По окончании занятий программы была проведена повторная диагностика уровня тревожности с использованием тех же методик исследования. Анализ данных диагностики по методике Тейлора показал снижение уровня тревожности в группе испытуемых на 31%. 5 учащихся из группы «высокотревожных» перешли в группу со средним уровнем тревожности. Средний показатель тревожности изменился на 4,2 балла. Статистический анализ показал, что эмпирическое значение критерия Вилкоксона, при сравнении первичных и последующих результатов в экспериментальной группе, равен: $T_{\text{эмп}}=15,5$. Критические значения для $n=15$ $T_{\text{кр}}=19$ при $(p>0,01)$. Таким образом, результат находится в зоне значимости при $p>0,01$. Учитывая то, что типичное направление сдвига соответствовало уменьшению тревожности, можно сделать вывод о том, что после участия в предложенной психолого-педагогической программе, уровень тревожности у старшеклассников снизился.

Вторичные замеры, произведенные по методике О. Кондаша, показывают, что в группе испытуемых произошли изменения в сторону снижения показателя тревожности. Среднее значение снизилось по группе на 12,1 балл. Методика О. Кондаша позволяет наблюдать изменения по различным шкалам тревожности. После психолого-педагогического взаимодействия с учащимися картина состояния уровней тревожности незначительно поменялась. Надо отметить, что уровень школьной тревожности возрос до 34% (приращение в 2%), межличностная тревожность увеличилась на 1% и только самооценочная тревожность уменьшилась на 3%. Можно предположить, что увеличение школьной тревожности связано с предметной аттестацией за четверть. Межличностная тревожность возможно увеличила, так как является детерминантой самооценки. Изменение самооценки влечет за собой пересмотр своих межличностных отношений.

Эмпирическое значение, полученное при расчете критерия Вилкоксона для двух зависимых выборок, показало, что: в экспериментальной группе $T_{\text{эмп}}=10$. При $n=16$ $T_{\text{кр}}=23$ при $(p>0,01)$, т. е. $T_{\text{эмп}}<T_{\text{кр}}$ – при $p>0,001$, из этого следует, что полученный результат находится в зоне значимости при $p>0,01$. Типичное направление сдвига соответствовало уменьшению тревожности, поэтому можно утверждать, уровень тревожности у старшеклассников экспериментальной группы снизился после выполнения системы занятий программы.

Результаты диагностики по методике Ч. Спилбергера подтвердили тенденцию к снижению уровня тревожности в экспериментальной группе.

После формирующего эксперимента группа «низкотревожных» увеличилась на 13% за счет уменьшения группы «высокотревожных». Средний уровень тревожности стал у 69% девятиклассников из экспериментальной группы. Из 100% «высокотревожных» учащихся после повторного исследования осталось 18%, получается, что 78% учащимся удалось снизить свой уровень тревожности.

В экспериментальной группе эмпирическое значение по критерию Вилкоксона получилось – $T_{\text{эмп}}=6$. При $n=15$ $T_{\text{кр}}=19$ при $(p>0,01)$, т. е. $T_{\text{эмп}}<T_{\text{кр}}$ – при $p>0,001$, из этого следует, что полученный результат находится в зоне значимости при $p>0,01$. Типичное направление сдвига соответствовало уменьшению тревожности, поэтому можно утверждать, что уровень тревожности у старшекласников экспериментальной группы снизился после проведения формирующего эксперимента.

Получив результаты по трем методикам до и после эксперимента, можно утверждать, что статистический анализ подтвердил: после проведения психолого-педагогической программы, уровень тревожности в экспериментальной группе снизился. В основном значимые результаты произошли по самооценочной шкале тревожности, что послужило улучшению самооценки старшекласников.

Таким образом, в ходе исследования было выяснено, что наибольшую тревожность старшекласники испытывают из-за своей самооценки. Большую долю тревожности составляют и неудовлетворенность своими межличностными взаимоотношениями, и учебной успеваемостью. При реализации программы были соблюдены предъявляемые необходимые условия:

- в состав экспериментальной группы были включены учащиеся, обладающие соответствующими навыками компьютерной грамотности;
- занятия программы содержали современные методы психологической работы с тревожностью (игровая, нарративная, телесная, рационально-эмоционально-поведенческая, когнитивная, арт-терапия);
- взаимодействие участников программы происходило в дистанционном формате.

Все перечисленные меры привели к снижению уровня тревожности у старшекласников, что подтверждает истинность гипотезы.

Проведенное исследование после формирующего эксперимента позволило сделать вывод о том, что занятия в разработанной программе с учётом методов психологической коррекции, основанных на использовании приемов телесной, нарративной и арт-терапии, рефлексии, визуализации, аутогенной тренировки способствовали снижению уровня тревожности у старшекласников, следовательно, выдвинутая в исследовании гипотеза доказана.

Обобщая результаты исследования, мы можем сказать, что дистанционная форма оказания психологической помощи учащимся может быть применима в настоящее время как одна из форм работы школьными пси-

хологами. Произведенный анализ позволил сделать вывод об эффективности разработанной программы. По результатам проведенного исследования были даны рекомендации школьным психологам.

Список литературы

1. Вачков, И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учебное пособие / И. В. Вачков. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Ось-89, 2005. – 256 с.
2. Водяха, С. А. Коррекция тревожности в процессе формирования креативности в раннем юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. наук / Водяха С. А. – Казань, 2000.
3. Максимова, Л. А. Программа психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта как основы формирования «мягких» навыков в процессе профессионального самоопределения подростков / Л. А. Максимова, С. А. Шайхуллина // Психология человека в образовании. – 2020. – Т 2, № 4. – С. 311-320.
4. Мельникова, М. Л. Психология стресса : учебно-методическое пособие / М. Л. Мельникова. – Екатеринбург, 2018. – 112 с.
5. Евтихов, О. В. Практика психологического тренинга / О. В. Евтихов. – СПб. : Речь, 2007. – 256 с.
6. Оганесян, Н. Т. Методы активного социально-психологического обучения: тренинги, дискуссии, игры / Н. Т. Оганесян. – М., 2005.
7. Осипова, А. А. Введение в практическую психокоррекцию: Групповые методы работы : уч. Пособие / А. А. Осипова. – М. : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : Модэк, 2000. – 240 с.
8. Панькова, А. М. Особенности ценностно-смысловой сферы подростков, проживающих в больших и малых городах / А. М. Панькова, А. Г. Дерябина // Личность в современном мире : сборник научных статей Всероссийской научно-практической конференции / Уральский государственный педагогический университет ; Институт психологии ; отв. ред. Н. С. Белоусова. – 2014. – С. 253-263.
9. Пахальян, В. Э. Групповой психологический тренинг : уч. Пособие / В. Э. Пахальян. – СПб. : Питер, 2006. – 224 с.
10. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – М. ; Воронеж, 2005.
11. Психологическое сопровождение пандемии COVID-19. – URL: <https://psy.su/feed/8563/>. – Текст : электронный.

Новикова Ольга Васильевна,

старший преподаватель, Уральский государственный педагогический университет,
г. Екатеринбург, Россия

**ПРОЕКТ «ОБРАЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ
БЛАГОПОЛУЧНОГО ПЕДАГОГА ГЛАЗАМИ СТУДЕНТА»
КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО
ОТНОШЕНИЯ К БУДУЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Аннотация. В статье описан проект, который реализуется со студентами педагогического вуза и помогает в формировании позитивного отношения к будущей профессиональной деятельности. Проектная деятельность решает воспитательную, образовательную, развивающую задачи. Проект «Образ психологически благополучного педагога глазами студента» раскрывает теоретические и практические аспекты педагогической деятельности. В том числе в нем рассматриваются факторы успешности и психологического благополучия педагога.

Ключевые слова: психологическое благополучие; проектная деятельность; метод проектов; студенты-педагоги; педагогические вузы; подготовка будущих учителей; образовательные проекты; задачи проектной деятельности.

Novikova Olga Vasilievna,

Senior Lecturer, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

**THE PROJECT “THE IMAGE OF A PSYCHOLOGICALLY
PROSPEROUS TEACHER THROUGH THE EYES OF A STUDENT”
AS A MEANS OF FORMING POSITIVE ATTITUDE TOWARDS
FUTURE ACTIVITIES**

Abstract. The article describes a project that is being implemented with students of a pedagogical university and helps in the formation of a positive attitude towards future professional activities. Project activity solves educational, educational, developmental tasks. The project “The Image of a Psychologically Prosperous Teacher through the Eyes of a Student” reveals the theoretical and practical aspects of pedagogical activity. It also examines the factors of the teacher’s success and psychological well-being.

Keywords: psychological well-being; project activity; method of projects; student teachers; pedagogical universities; preparation of future teachers; educational projects; tasks of project activities.

Дисциплина «Психология» играет важную роль в подготовке будущих учителей к профессиональной деятельности. Реализуется она на втором курсе. В данной дисциплине изучаются возрастные и субъектные характеристики участников образовательного процесса, психология педагогического взаимодействия. Одной из важных тем дисциплины является «Педагог как субъект педагогической деятельности», она раскрывает теоретические и практические аспекты педагогической деятельности. В том числе в ней рассматриваются факторы успешности и психологического благополучия педагога.

Практические занятия в рамках этой темы можно реализовывать в форме проектной деятельности. Проект – это временное предприятие, которое создано для достижения определенной цели. Проекты не обязательно должны быть масштабными. Главное, они должны удовлетворять интересам заказчика и потребителя, формируя положительное отношение к результату деятельности. Проектная деятельность – один из мотивирующих методов обучения, обеспечивающий проявление самостоятельности и относительной свободы действий, представляет возможность реализовывать творческие замыслы. Среди функций проектной деятельности выделяют: исследовательскую, аналитическую, прогностическую, преобразующую. Проектная деятельность нацелена на определенный значимый результат.

Современные студенты все чаще выбирают будущую деятельность осознанно и целенаправленно. Уже будучи студентами второго курса на занятиях по дисциплине «Психология» от них можно слышать вопросы, связанные с критериями психологического благополучия педагогов. Потребность в понимании себя как педагога-профессионала, мастера у будущих учителей начинается задолго до поступления в вуз. Студент, будучи учеником, проецирует роль учителя, проигрывает в воображении и ставит себя на место любимого педагога. Так он формирует определенное отношение к педагогической деятельности, что имеет огромное значение в выборе профессии на всю жизнь. Моделирование «Образа психологически благополучного педагога» повышает вероятность, что в будущем выпускник педагогического вуза пойдет работать в систему образования. Проекты, в рамках которых студенты педагогических вузов смогут познакомиться с лучшими представителями педагогической профессии, формируя тем самым положительное отношение к будущей профессиональной деятельности, являются актуальными и значимыми.

Участие студентов в проекте «Образ психологически благополучного педагога глазами студента» позволяет формировать у них позитивное отношение к будущей деятельности. В качестве методологической основы проекта выступили положения субъектно-личностного подхода.

Работая с понятием «психологическое благополучие учителя» берем за основу исследование И. В. Заусенко. В ее работе отмечается, что психологическое благополучие – это отношение к себе, отношение к условиям своей жизни и отношение к собственному функционированию в этих условиях. Ирина Викторовна подчеркивает, что «позитивное функционирование предполагает баланс адаптивности и аутентичности личности, который выражается в следующих показателях: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, осмысленность целей в жизни, управление средой, автономия, личностный рост [3].

В отечественной психологии первые исследования психологического благополучия личности появились в середине 90-х гг. прошлого века (М. В. Соколова, Л. В. Куликов). Большинство исследований, посвящен-

ных проблеме психологического благополучия личности, относится к последнему десятилетию [3].

На современном этапе проблема психологического благополучия педагогов рассматривается в работах М. В. Ермолаевой и Н. Е. Ждановой. В работе Н. Е. Ждановой подчеркивается, что «уровень психологического благополучия значительно выше у педагогов с высшим образованием. Респонденты, имеющие высшее образование, в большей степени способны к построению доверительных отношений и руководству коллективом, они самостоятельны, независимы в суждениях, стремятся к саморазвитию и самосовершенствованию [2] М. В. Ермолаева отмечает взаимосвязь психологического благополучия учителей и профессиональной культуры [1].

Обучение в педагогическом вузе становится не только местом, где формируются основные профессиональные компетенции, но и место, где создается психологическая готовность к деятельности и личностная установка на достижение психологического благополучия в педагогической профессии.

Проект «Образ психологически благополучного педагога глазами студента» помогает увидеть положительную сторону педагогической деятельности. Сама формулировка темы проекта дала возможность студентам изучить яркие примеры психологически благополучных педагогов, их достижения в разных сферах жизни, увидеть положительную сторону будущей деятельности. В проекте участвовали студенты 2 курса, обучающиеся на направлении «Педагогическое образование». Это будущие учителя-предметники по русскому языку и литературе, биологии и химии, истории и географии, английский язык. Данный проект возник как ответ на участвовавшие случаи «очернения» педагогов и их деятельности в СМИ. Очень важно, чтобы студенты при формировании положительного отношения к будущей деятельности опирались на опыт психологически благополучных учителей, видели и слышали об эффективной и интересной деятельности, о любви к работе и к своему предмету, о любви к детям и об их благодарности к ним.

Основная цель проекта: сформировать у студентов педагогического вуза позитивное отношение к педагогической деятельности через создание образа психологически благополучного педагога.

Задачи проекта:

- 1) обучение навыкам сбора, обработки и презентации информации, применение знаний о педагогической деятельности в ходе реализации проекта;
- 2) приобщение к профессиональной деятельности, через взаимодействие с профессионалами и мастерами педагогической деятельности, формирование ценностей профессиональной деятельности;

3) развитие способности к поиску новой информации, помогающей обосновать свою позицию и взгляды, личностная установка на достижение психологического благополучия будущей профессиональной деятельности.

Продукт проекта: презентация образа психологически благополучного и успешного педагога.

Структура проекта и презентации включает четыре блока. В первом блоке студент рассказывает социально-демографические аспекты и обоснование отбора кандидатуры педагога как психологически благополучного. Второй блок – его педагогические и научно-методические достижения. Третий блок – методы обучения, которые дают образовательный результат и прививают любовь детей к предмету. Четвертый блок – рефлексия. Ответы на вопросы: чтобы я взял себе в копилку как будущей деятельности.

Этапы реализации проекта:

Первый этап – теоретический анализ отечественных и зарубежных ученых, изучающих проблему успешности психологического благополучия учителей.

Второй этап – сбор информации о педагоге. Для этого студенту нужно прийти в родную школу, встретиться с любимым учителем, провести интервью. Сделать фотографии документов, подтверждающих их достижения. Взять фото из школьного и семейного архива.

Третий этап – анализ, обработка полученной информации и составление текста доклада, презентации. Оформление презентации.

Четвертый этап – защита проекта в группе.

Работа осуществлялась индивидуально. Однако над проектом работал и педагог, чье имя звучало в проекте, и студент, кто представлял результат. Складывался хороший тандем, где главное – передача опыта и эмоционально положительное отношение к труду учителя. При этом над проектом работал каждый студент. Он отрабатывал не только коммуникативные компетенции, но и задачу грамотно и творчески представить информацию, заинтересовать и убедить сокурсников.

Пятый этап – обсуждение и рефлексия полученной информации в ходе защиты проектов. После презентации проектов, мы обсуждали следующие вопросы: 1) изменилось ли у Вас отношение к выбранной профессии? 2) увидели ли Вы себя в роли педагога? 3) какое отношение к себе как будущему педагогу у Вас есть на данный момент? 4) чувствуете ли Вы себя в будущем как психологически благополучного педагога?

Более 78% студентов высказывались положительно о проекте и его роли в изменении профессионального образа. Психологически благополучные, с положительным профессиональным самоотношением педагоги являются примером, который доказывает значимость роли учителя в обществе. Это педагоги, которые посвящают себя этой деятельности и, как правило, являются мастерами своего дела и редко меняют школу, работая в ней до ухода на пенсию [4].

В качестве перспектив развития проекта видится проведение формирующего эксперимента с описанием его результатов. Предполагается изучить динамику отношения студентов, участвующих в проекте, к будущей профессии, выявить изменяющиеся аспекты их профессионального самоотношения и психологического благополучия. Предполагается, что студенты, конструируя образ психологически благополучного педагога, моделируют свое профессиональное будущее через призму положительного эмоционального отношения к педагогической деятельности, изначально формирует основу, базу, ресурс личного психологического благополучия. Участие в проекте позволяет студентам в течение четырех лет обучения в педагогическом вузе выстраивать собственный положительный образ Я в педагогической деятельности.

Список литературы

1. Ермолаева, М. В. Психологическое благополучие учителя в контексте его психологической культуры / М. В. Ермолаева // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2017. – Вып. 3. – С. 92-97.
2. Жданова, Н. Е. Исследование психологического благополучия педагогов / Н. Е. Жданова // Профессиональное образование и рынок труда. – 2019. – № 2. – С. 14-17.
3. Заусенко, И. В. Личностные детерминанты психологического благополучия педагога : автореф. дис. канд. психол. наук / Заусенко Ирина Викторовна. – Екатеринбург, 2012. – 18 с.
4. Новикова, О. В. Профессиональное самоотношение педагогов и ее роли в организационной приверженности / О. В. Новикова // Личность в современном мире / Уральский государственный педагогический университет. – Екатеринбург, 2016. – С. 195-198.

Ягодина Анастасия Алексеевна,

магистрант, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Костюк Анна Владимировна,

кандидат педагогических наук, доцент, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Пасат Евгения Андреевна,

учитель-логопед, МАДОУ «Детский сад № 12 комбинированного вида», г. Первоуральск, Россия

ИЗУЧЕНИЕ НЕКОТОРЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СЕМЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Аннотация. Статья рассматривает психологические особенности семей воспитывающих детей с расстройством аутистического спектра.

Ключевые слова: РАС; расстройства аутистического спектра; детский аутизм; дети-аутисты; семейное воспитание; родители; детско-родительские отношения; психология семьи.

Yagodina Anastasia Alekseevna,

Master's Degree Student, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Kostyuk Anna Vladimirovna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

Pasat Evgeniya Andreevna,

Teacher-Speech Therapist, Kindergarten No. 12 Combined Type, Pervouralsk, Russia

STUDY OF CERTAIN PSYCHOLOGICAL FEATURES OF FAMILIES RAISING CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS

Abstract. The article examines the psychological characteristics of families raising children with autism spectrum disorder.

Keywords: autism spectrum disorder; childhood autism; autistic children; family education; parents; child-parent relationship; family psychology.

В настоящее время во всем мире наблюдается резкий рост числа детей с расстройствами аутистического спектра (далее РАС). В России на сегодняшний день нет точной статистики распространенности РАС, поэтому можно предположить, что процент таких детей, намного выше официальной статистики. По мнению А. Петрухина, А. Б. Полетаева и др., аутизм входит в число наиболее встречающихся заболеваний на территории нашей страны [4; 5; 8; 14].

Детям с расстройствами аутистического спектра необходимо специально организованное сопровождение, заключающееся в медицинской, социальной, психолого-педагогической помощи. При планировании и реализации такого сопровождения необходимо учитывать ресурсы семьи, воспитывающей ребенка с РАС. Поэтому можно сказать, что сопровождение требуется семьям, воспитывающим детей с данным нарушением. Для эффективного сопровождения таких семей необходимо изучить их некоторые психологические особенности.

В литературе описано, что семьи, в которых воспитывается ребенок или несколько детей с РАС, очень часто находятся в состоянии фрустрации на своей проблеме. Они испытывают трудности во взаимодействии с собственным ребенком, в силу недостаточности или отсутствия знаний о методах обучения и воспитания детей с РАС. Исследования В. А. Куташова, В. В. Квасовой и др. показали, что семьи переживают тяжелый стресс, депрессии, отчаяние, у взрослых членов семьи наблюдается повышенная тревожность и раздражительность [4; 5].

В настоящее время в специализированных научно-практических изданиях описаны некоторые исследования, посвященные проблемам психологического климата в семьях, воспитывающих детей с РАС. В исследованиях О. С. Никольской и др. приведена характеристика семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра. Авторы сообщают о большей ранимости родителей детей с расстройствами аутистического спектра, по сравнению с родителями детей, имеющих другие диагнозы. Существуют исследования специфики детско-родительских отношений в семьях, воспитывающих детей с РАС, мотивов воспитания такого ребенка и специфике взаимодействия с ним родителей. Л. М. Феррои и Т. Д. Панюшина сообщают об имеющихся у родителей субъективных ощущениях безысходности, переживания своей родительской несостоятельности. У этих же родителей отмечена недостаточная информированность взрослых о проблеме аутизма, специфике и неготовностью общества принять ребенка с данным расстройством [5; 8; 9].

Все приведенные исследования не учитывали при анализе психологического функционирования семей особенности сопровождения семей, длительность и специфику коррекционной работы. Существуют исследования, которые описывают включенность родителей, воспитывающих детей с РАС, в сопровождение своего ребенка, которое осуществляется в русле поведенческой терапии. Это позволило выдвинуть гипотезу, что несмотря на подверженность депрессивным состояниям и высокий уровень тревожности родителей, воспитывающих детей с РАС, детско-родительские отношения в семьях, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, которые длительное время находятся в поведенческой терапии, характеризуются наименьшей выраженностью эмоционального отвержения.

Целью исследования является анализ детско-родительских отношений в семьях, имеющих детей с расстройствами аутистического спектра, изучение личностных особенностей родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра.

Исследование осуществлялось на основе следующих методик:

1. Столина (ОРО) (1982), ориентированный на выявление родительского отношения.

2. Методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний В. Зунга (адаптирована Т. И. Балашовой).

3. Методика «Личностная шкала проявлений тревоги» (Дж. Тейлор, адаптация Т. А. Немчина) предназначенная для выявления уровня тревожности.

В исследовании приняло участие 25 семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра. Исследование было проведено анонимно, что исключало влияние субъективного искажения ответов. Все дети длительное время находятся в поведенческой терапии.

В ходе применения методики «Тест-опросник родительского отношения А. Я. Варга, В. В. Столина (ОРО) (1982)» было выявлено, что детско-родительские отношения в семьях, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, которые длительное время находятся в поведенческой терапии, специфичны и своеобразны.

В семьях, имеющих детей с РАС, больше половины родителей (64%) выражают положительное отношение к своему ребенку. Они принимают его таким, какой он есть, уважают и признают его индивидуальность. Родители этих детей одобряют интересы своих детей, поддерживают их планы, проводят с детьми достаточно большое количество времени. 36% семей, имеющих детей с расстройствами аутистического спектра прошли все стадии принятия ребенка и испытывают отвержение к нему. Такие взрослые испытывают по отношению к своему ребенку отрицательные чувства: злость, досаду, раздражение. Родители не верят в своего ребенка, низко оценивают его способности.

По шкале «кооперация» большая часть родителей (72%) проявляют искренний интерес к тому, чем интересуется их ребенок, высоко оценивают способности своего ребенка, поощряют старательность и инициативность. Эти родители стараются быть на равных со своими детьми. Но 28% родителей все же занимают противоположную позицию по отношению к своему ребенку, они не заинтересованы в планах своего ребенка, не стараются ему помогать.

По шкале «симбиоз» можно сделать выводы о том, что больше половины родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра (52%) не устанавливают психологическую дистанцию между собой и ребенком, они стараются всегда быть ближе к нему, удовлетворять его основные разумные потребности по данной школе. 48% семей, имею-

ших детей с РАС, все же устанавливают значительную психологическую дистанцию между собой и ребенком.

Большая часть семей, имеющих детей с расстройствами аутистического спектра (60%) авторитарны по отношению к своему ребенку. Эти родители требуют от своего ребенка послушания, пытаются задать строгие дисциплинарные рамки. 40% родителей имеют средний показатель контроля над своим ребенком. Это говорит о достаточном контроле над детьми с РАС со стороны взрослых, что позволяет детям развиваться полноценной личностью, без излишних страхов и очень жестких дисциплинарных рамок.

Исследуя дополнительные параметры, такие как мотивация родителей, в воспитании на успех или избегание неудач, 90% родителей верят в своего ребенка, они считают, что небольшие неудачи, с которыми сталкивается их ребенок – случайны. 10% семей, напротив, считают своего ребенка маленьким неудачником. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся взрослому несерьезными, и он игнорирует их.

Результаты исследования по данной методике представлены на рисунке 1.

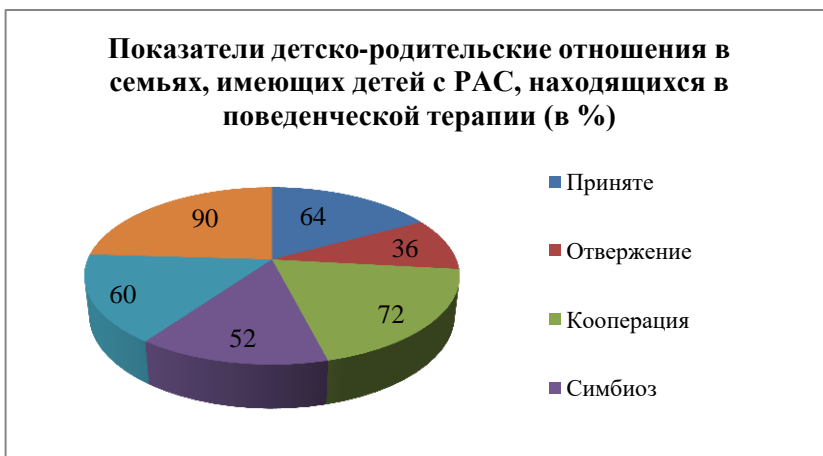


Рис. 1. Показатели детско-родительских отношений в семьях, имеющих детей с РАС, находящихся в поведенческой терапии (по методике «Тест-опросник родительского отношения А. Я. Варга, В. В. Столина (ОРО)»)

Таким образом, семьи, воспитывающие детей с расстройствами аутистического спектра, которые длительное время находятся в поведенческой терапии, характеризуются наименьшей выраженностью эмоционального отвержения. Они, наоборот, верят в своего ребенка, принимают его таким, какой он есть, уважают его и высоко оценивают его способности.

С помощью методики «Дифференциальная диагностика депрессивных состояний» В. Зунга (адаптирована Т. И. Балашовой) было выявлено, что 48% родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, находящихся в поведенческой терапии, имеют легкую депрессию ситуативного или невротического генеза. Такая депрессия выражается беспокойством, тревогой, легкой усталостью.

У 32% семей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, находящихся в поведенческой терапии на момент исследования пониженного настроения, депрессии не наблюдалось. Они имеют адекватные представления об актуальных возможностях ребенка и оказывают возможную помощь.

У 20% родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, находящихся в поведенческой терапии, наблюдается субдепрессивное состояние или маскированная депрессия, можно отметить значительное снижение настроения. Такая депрессия выражается в повышенной тревожности, беспокойстве и переживании за ребенка и свою семью, в таком состоянии родителям трудно принимать решения, наблюдается умственная усталость.

Результаты исследования по данной методике приведены на рисунке 2.



Рис. 2. Показатели депрессивного состояния у родителей, воспитывающих детей с РАС, находящихся в поведенческой терапии (по методике «Дифференциальная диагностика депрессивных состояний» В. Зунга (адаптирована Т. И. Балашовой))

Таким образом, для родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, находящихся длительное время в поведен-

ческой терапии характерна, легкая депрессия ситуативного или невротического генеза.

В ходе применения методики «Личностная шкала проявлений тревоги» (Дж. Тейлор, адаптация Т. А. Немчина) нами было выявлено, что 48% родителей, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, находящихся в поведенческой терапии, имеют средний (с тенденцией к высокому) уровень тревожности. Это может свидетельствовать об обеспокоенности родителей за своего ребенка, за его будущую жизнь.

44% семей, имеющих детей с расстройствами аутистического спектра, находящихся длительное время в поведенческой терапии, имеют высокий уровень тревожности. Это также может свидетельствовать о том, что родители переживают за своего ребенка, их реакция проявляется в подавленности, в обеспокоенности из-за отсутствия у ребенка эмоционального отклика и визуального контакта, наличия двигательных стереотипов, гиперчувствительности.

Лишь у 8% исследуемой группы наблюдается низкий уровень тревожности. Это указывает на то, что данная группа родителей имеет реалистичную реакцию, они адекватно относятся к своему ребенку и воспринимают его таким, какой он есть.

Результаты исследования по данной методике проиллюстрированы на рисунке 3.

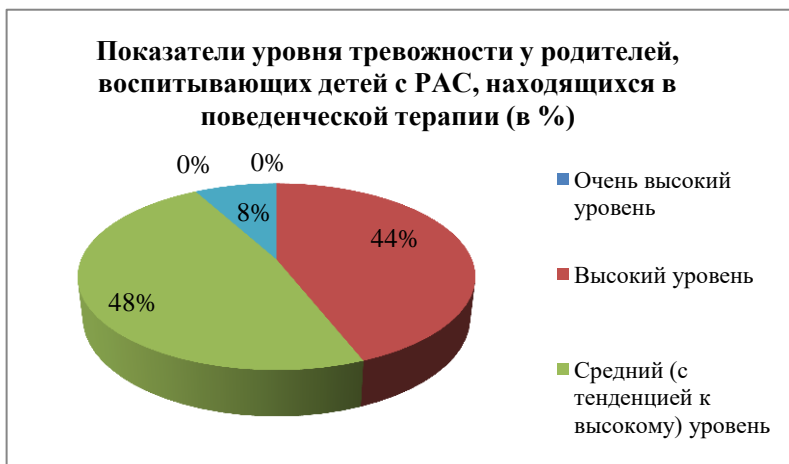


Рис. 3. Показатели уровня тревожности у родителей, воспитывающих детей с РАС, находящихся в поведенческой терапии (по методике «Личностная шкала проявлений тревоги» (Дж. Тейлор, адаптация Т. А. Немчина))

Таким образом, родители, воспитывающие детей с расстройствами аутистического спектра, находящиеся в поведенческой терапии имеют средний (с тенденцией к высокому) уровень тревожности.

По данным, полученным в результате исследования, можно сделать выводы о том, что родители, имеющие детей с расстройствами аутистического спектра, которое длительное время находятся в поведенческой терапии, характеризуются повышенной тревожностью, склонностью к легким депрессивным реакциям. По отношению к своим детям для данной группы родителей характерна наименьшая выраженность эмоционального отвержения.

1. Детско-родительские отношения в семьях, воспитывающих детей с расстройствами аутистического спектра, которые длительное время находятся в поведенческой терапии, характеризуются наименьшей выраженностью эмоционального отвержения.

2. Родители, имеющие детей с расстройствами аутистического спектра, находящиеся длительное время в поведенческой терапии характеризуются склонностью к легким депрессивным состояниям.

3. Родители, воспитывающие детей с расстройствами аутистического спектра, находящиеся в поведенческой терапии характеризуются повышенной тревожностью.

Список литературы

1. Баенская, Е. Р. Аутичный ребенок. Пути помощи / Е. Р. Баенская, О. С. Никольская, М. М. Либлинг. – Изд. 7-е. – М. : Теревинф, 2012. – 288 с.
2. Веденина, М. Ю. Использование поведенческой терапии аутичных детей для формирования навыков бытовой адаптации (сообщение 1 и 2) / М. Ю. Веденина // Дефектология. – 1997. – № 2. – С. 24-27.
3. Иванов, Е. С. Психолого-медико-педагогическая коррекция детей с расстройствами аутистического спектра / Е. С. Иванов, Л. Н. Демьянчук, Р. В. Демьянчук // Управление школой : прил. к газ. «Первое сент.». – 2003. – Апр. (№ 15). – С. 1-2.
4. Комплексное сопровождение детей с расстройствами аутистического спектра : сборник материалов I Всероссийской научнопрактической конференции, 14-16 декабря 2016 г., Москва / под общ. ред. А. В. Хаустова. – М. : ФГБОУ ВО МГППУ, 2016. – 449 с.
5. Куташов, В. А. Родительско-детские отношения в семьях с детьми с расстройствами аутистического спектра / В. А. Куташов, В. В. Квасова. – Текст : электронный // Молодой ученый. – 2016. – № 3 (107). – URL: <https://moluch.ru/archive/107/25556>.
6. Лебединская, К. С. Диагностика раннего детского аутизма: Начальные проявления / К. С. Лебединская, О. С. Никольская. – М. : Просвещение, 1991. – С. 88-97.
7. Мамайчук, И. И. Помощь психолога детям с аутизмом / И. И. Мамайчук. – СПб. : Речь, 2007. – 134 с.
8. Методическое пособие «Использование Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, десятого пересмотра в практике отечественной медицины» / под ред. Е. П. Какорина, М. В. Максимова, О. Д. Мишнев. – М., 2012. – 189 с.

9. Никольская, О. С. Об аутизме / О. С. Никольская, Е. Баенская, М. Либлинг // Школьный психолог: «Первое сент.». – 2004. – Ноябрь. (№ 43). – С. 4-6.
10. Питерс, Т. Аутизм. От теоретического понимания к педагогическому воздействию : учеб.пособие / Т. Питрес. – М., 2002. – 242 с.
11. Психология аномального развития ребенка / под ред. В. В. Лебединского и М. К. Бардышевской. – М. : Высш. шк. ; Изд-во МГУ, 2002. – 818 с.
12. Раттер, М. Диагностика и определение детского аутизма / М. Раттер // Журнал аутизма и дет. шиз. – 1978. – Т. 8. – С. 139-161.
13. Филиппова, Н. В. Эпидемиология аутизма: современный взгляд на проблему / Н. В. Филиппова, Ю. Б. Барыльник // Социальная и клиническая психиатрия. – 2014. – Т. 24, № 3.

Научное издание

ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Уральский государственный педагогический университет.
620017 Екатеринбург, пр-т Космонавтов, 26.
E-mail: uspu@uspu.me